باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

65

ماہنامہ عبقری ® لاہور

نومبر 2011ء بمطابق ذی الحجہ 1432ھ ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا کلینک/درس شیڈول
تاریخ اور مقام کیلئے اندرونی صفحات ملاحظہ فرمائیں

- وباؤں اور حوادث سے بچاؤ کیلئے درود شریف
- آسان وظائف مگر تیر بہدف اور آزمودہ
- گرتے بالوں اور خشکی کیلئے بہترین ٹوٹکہ
- آپ کا حسن مصنوعی اشیاء کا محتاج نہیں
- باپ نے بیٹیوں کی عزت تار تار کردی
- قرآن شفاء بھی، محافظ بھی اور دوا بھی
- مولی سے پیچیدہ بیماریوں کا علاج
- پھلوں کے رس اور ان کے فوائد
- مردانہ صحت کیلئے انمول وٹامن
- یوگا، فٹنس اور تندرستی کے راز
- عیدالاضحیٰ کا خاص الخاص عمل
- اچھے رشتے کیوں نہیں ملتے؟

انشاءاللہ
چکوال کلینک
3-4 دسمبر
ہفتہ-اتوار
ایجنسی ہولڈر
سے ملاقات کا وقت لیں

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 5 | جلد نمبر 6 | نومبر 2011ء بمطابق ذی الحجہ 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے، بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ماہنامہ عبقری اب جیل میں بھی

عبقری ٹرسٹ زندگی کے مختلف شعبہ ہائے جات میں شب و روز خدمت خلق میں مصروف عمل ہے۔ اب اس شعبے کو مزید وسعت دیتے ہوئے جیل کے قیدیوں کی اصلاح، تربیت اور ان کی جسمانی اور روحانی صحت کیلئے ماہنامہ عبقری مختلف جیلوں میں بالکل مفت پہنچایا جائے گا۔ امید ہے قارئین اور مخیّر حضرات عبقری ٹرسٹ کے معاون بنیں گے۔ بہتر مشورہ یا انتظامی طور پر معاونت کرنے والے بھی ضرور رابطہ کریں۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہوجائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ از راہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔
بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔
وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرادیں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ)

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

خط وکتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

شرک سے براءت والی سورۃ

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: قرآن کریم میں ایک سورت تیس آیات کی ایسی ہے کہ وہ اپنے پڑھنے والے کی شفاعت کرتی رہتی ہے یہاں تک کہ اس کی مغفرت کردی جائے وہ سورۃ تَبٰـرَکَ الَّـذِیْ (سورۃ الملک) ہے۔ (ترمذی) ☆ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جس شخص نے ہر رات سورۃ واقعہ پڑھی اس پر فقر نہیں آئے گا۔ ☆ حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا تم میں سے کوئی کوئی اس بات کی طاقت نہیں رکھتا کہ روزانہ ایک ہزار آیتیں قرآن شریف کی پڑھ لیا کرے؟ صحابہ رضی اللہ عنہم نے عرض کیا: کس میں یہ طاقت ہے کہ روزانہ ایک ہزار آیتیں پڑھے' ارشاد فرمایا: کیا تم میں سے کوئی اتنا نہیں کرسکتا کہ سورۃ الھاکم التکاثر پڑھ لیا کرے (کہ اس کا ثواب ایک ہزار آیتوں کے برابر ہے) (مستدرک حاکم) ☆ حضرت نوفل رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے مجھ سے ارشاد فرمایا: سورۃ **قل یایھا الکفرون** (سورۃ کافرون) پڑھنے کے بعد بغیر کسی سے بات کیے ہوئے سوجایا کرو کیونکہ اس سورت میں شرک سے براءت ہے۔ **(ابوداؤد)**

حال دل

مجاذیب کی پراسرار دنیا

پچھلے دنوں انارکلی کی ایک مسجد میں ایک دوست سے ملنے چلا گیا' بہت دیرینہ دوست تھے اس دور میں جب میں اپنے شیخ حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں رہا کرتا تھا۔ بہت عرصے کے بعد ملاقات ہوئی خوش ہوئے نماز عصر وہاں پڑھی۔ نماز عصر کے بعد میں مسجد کے قریب ایک جگہ پر بیٹھا باتیں کررہا تھا۔ میں نے مسجد کے اندر شور سنا' تو میں نے پوچھا یہ شور کیسا؟ مسکرا کر کہنے لگے کہ ایک صاحب ہیں جو ہر روز نماز عصر کے بعد یہاں آتے ہیں مجذوب ہیں' اور قرآن بڑی خاص لے اور انداز سے پڑھتے ہیں' جب آیت وعدہ آتی ہے یعنی جس پر اللہ نے جنت کا وعدہ کیا ہے' نعمتوں کا وعدہ کیا ہے' دنیا وآخرت کی نصرت کا وعدہ کیا ہے' اس کو خاص انداز سے پڑھتے ہیں' جب آیت وعید یعنی عذاب کی آیت ہے اس کو درد اور سوز اور روتے ہوئے پڑھتے ہیں' حالانکہ موصوف حافظ نہیں ہیں لیکن قرآن کو اس انداز سے پڑھتے ہیں' جو کہ شاید کوئی بہت بڑا حافظ اور محدث بھی نہ پڑھ سکے۔ اور یہ روزانہ کا معمول ہے۔ باتیں کرتے ہوئے میں نے جا کر انہیں دیکھا' کھڑے ہوئے ہیں' عجیب کیفیت لباس ہے' اور عجیب انداز ہے' اور پورے زور شور سے دنیا ومافیہا سے بے خبر قرآن کو اس انداز سے پڑھ رہے ہیں اور ساتھ قرآن کا ترجمہ بھی بیان کررہے ہیں' میں کھڑا دیکھتا رہا اور دیکھتے ہی دیکھتے میں مجاذیب کی دنیا میں کھو گیا' کہ یہ وہ لوگ ہیں جن کا اللہ کے ساتھ خاص تعلق ہوتا ہے اس قرب اور تعلق ہر انسان نہیں پہنچ سکتا۔ اللہ کے ساتھ ایسا ناطہ اور رابطہ ہوتا ہے جس ناطے اور رابطے کو ہر شخص نہیں پاسکتا' یہ وہ پراسرار مجذوب ہیں مستجاب الدعوات ہیں' اللہ کی ذات کے ساتھ ان کا خاص قرب اور تعلق ہے' اس قرب اور تعلق میں وہ اتنا جذب ہوگئے ہیں کہ ہر وقت ذکر و فکر میں ہیں۔

ایک اور واقعہ سنیے عبقری رسالے کے پریس میں جانا ہوا وہاں ایک مجذوب سے ملاقات ہوئی اور ان کی طرف نظر بہت زیادہ متوجہ ہوئی۔ ان کے بارے میں پریس کے مالک نے بتایا کہ ساٹھ سال سے اوپر کے یہ شخص انڈیا کے گلوکار رفیع کے بھتیجے اور انور رفیع گلوکار کے سگے بھائی ہیں۔ والدہ انہیں نہلاتی کھانا کھلاتی ہے کپڑے دھو کر دیتی ہے۔ سر کے اور ڈاڑھی کے بال ٹھیک کرتی ہے انہیں کوئی خبر نہیں دنیا کی۔ یہ اپنے آپ کو کہتے ہیں میں جنرل ہوں' کونسلر ہوں اور ناظم ہوں اور انہیں کوئی صدر آئے' وزیراعظم آئے' حکومت آئی' حکومت گئی' کوئی خبر نہیں۔ انہیں پیسوں کا کوئی پتہ نہیں' انہیں کہہ دو سو جاؤ' فوراً سو جاتے ہیں اور گہری نیند سو جاتے ہیں' کھانے کو نہیں مانگتے' چاہے سارا دن کھانا نہ دیں' پانی نہیں مانگتے چاہے سارا دن پانی نہ دیں۔ والدہ نہلا دے تو نہا لیتے ہیں اب والدہ خود بہت بوڑھی ہوگئی ہیں' جو بیٹا ساٹھ سال سے اوپر ہے اسکی والدہ کے بڑھاپے کا کیا عالم ہوگا۔ لیکن اب بھی والدہ خدمت کرتی ہے۔ چٹ لکھ کر رقم لفافے میں ڈال کردے دیتے ہیں بازار سے اُس چٹ کے مطابق سامان لے آتے ہیں۔ صبح ہوئی شام ہوئی انہیں کچھ خبر نہیں' یہ جنوری ہے' فروری ہے انہیں کچھ خبر نہیں' یہ جیٹھ ہے' ہاڑ ہے ساون ہے انہیں کچھ خبر نہیں۔ ذوالحجہ ہے' محرم ہے' ربیع الاول ہے انہیں کوئی خبر نہیں۔ صرف ایک چیز سے چڑتے ہیں کہ وکٹری کے نشان سے۔ جو صاحب مجھے یہ بات بتا رہے تھے وہ اس پریس کے مالک تھے کہنے لگے ایک جگہ میں جارہا تھا سابقہ خاتون وزیراعظم کے بیٹے کی تصویر بورڈ پر بنی ہوئی تھی اس نے وکٹری نشان بنایا ہوا تھا اور یہ اس سے چڑ گئے اور برا بھلا کہنے لگے۔ ایک جگہ شہباز شریف کے بیٹے نے وکٹری کا نشان بنایا ہوا اور یہ وکٹری کے نشان سے پھر چڑ گئے' میں نے پوچھا یہ وکٹری کے نشان سے کیوں چڑتے ہیں؟ انہیں کسی نے کہہ دیا ہے کہ تو دو ووٹوں سے ہار گیا ہے جب یہ دو انگلیاں دیکھتے ہیں تو انہیں غصہ آجاتا ہے۔ نماز میں سلام بھی کرتے ہیں' ادھر ادھر بھی دیکھتے ہیں' کبھی کبھی جمعہ کی نماز پڑھنے چلے جاتے ہیں' وضو کرنے کا کوئی پتہ نہیں' نماز میں کیا پڑھنا ہے کوئی پتہ نہیں' پیار سے جو کام کراؤ جس کام پر لگا دو شام تک اسی کام کو کرتے رہیں گے' سختی کرو روٹھ جاتے ہیں۔ **قارئین!** میں یہ باتیں سن رہا تھا اور اس مجذوب کو دیکھ رہا جو ہمارے اپنے رسالے کو اٹھا کر کبھی موڑتا تھا کبھی لپیٹتا تھا اور میرے دل میں ایک خوشی اور مسرت ہورہی تھی کہ اس عبقری کی مولڈنگ اور فولڈنگ میں ایک ایسے مجذوب کا ہاتھ بھی لگتا ہے کہ جو اس دنیا کی چیزوں کو بالکل نہیں جانتا' وہ صرف ایک اللہ کو جانتا ہے حتیٰ کہ اللہ نے مجذوب ہونے کے ناطے اس سے اپنی عبادتوں کی پوچھ گچھ بھی ختم کردی ہے کہ پاگل اور مجذوب کیلئے قیامت کے دن پوچھ گچھ نہیں ہوگی۔ میں نے ایک سوال کیا کہ اس کی دعا کے بارے میں کیا حال ہے۔ کیونکہ مجھے یقین تھا کہ ایسے لوگ مستجات الدعوات ہوتے ہیں۔ دعا کرتے ہیں تو اللہ قبول کرتے ہیں' بددعا کردیں تو وہ بھی قبول ہوتی ہے۔ کہنے لگے کہ ان کی دعا واقعی قبول ہوتی ہے۔ میں بیٹھا دیکھ رہا تھا اور دعا دل ہی دل میں کررہا تھا کہ یااللہ ان کے دل میں ڈال دے کہ میرے لیے دعا کریں۔ میں ان سے دعا کروار ہا تھا تو مجھے پریس والے کہنے لگے کہ حضرت لوگ تو آپ سے آکے دعا کراتے ہیں میں نے ان سے کہا ایسے لوگوں سے میں دعائیں لیتا ہوں لوگ جو مجھ سے دعائیں کراتے ہیں میں ان ہی دعاؤں سے ان کو حصہ دیتا ہوں۔ ورنہ میرے پاس کیا ہے میری اوقات کیا ہے یہی وہ لوگ ہوتے ہیں جو مستجات الدعوات ہوتے ہیں یہی وہ لوگ ہیں جو اللہ کے ساتھ خاص قرب میں رہتے ہیں۔ مجاذیب کی اپنی دنیا ہے قارئین! اسے شریعت کے ترازو سے اگر تولہ جائے گا تو شاید ہمیں سمجھ نہ آئے لیکن بڑے بڑے محدثین اور بڑے بڑے علماء اور بڑے بڑے نیک اور صالح لوگوں نے مجاذیب کی دنیا کو تسلیم کیا ہے۔ بے شمار میرے پاس کتابیں جن میں ایک کتاب ارواح ثلاثہ بھی ہے اور بھی بے شمار کتابیں ہیں جن میں مجاذیب کے تذکرے ہیں اور مجذوب لوگوں کے آنکھوں دیکھے چشم دید واقعات اور واقعی یہ لوگ وہ ہوتے ہیں جن کا اللہ کے ساتھ تعلق ہوتا ہے۔ اور جب بندہ ان کے حال کو دیکھ کر ان سے محبت کرتا ہے اور ان کا اکرام کرتا ہے تو اللہ پاک اس کی مشکل ٹال دیتے ہیں۔ لیکن ایک وضاحت عرض کردوں ہر ننگ دھڑنگ مجذوب نہیں ہوتا' ہر گالیاں دینے والا اور ہر برا بھلا کہنے والا مجذوب نہیں ہوتا۔ ہمارے معاشرے کی یہ ایک بری ریت ہے جو شخص جتنا ننگا ہوجائے اتنا زیادہ پہنچا ہوا ہوجاتا ہے۔ شریعت میں اس کی کوئی اصل نہیں ہے۔

کتے میں کثرت اور بکری میں برکت: یہ بتائیں کہ جتنے کتیا کے بچے ہوتے ہیں اور جبکہ بکری کا عام طور پر ایک بچہ ہوتا ہے، اس کا مطلب ہے کہ کتے کے ریوڑ ہونے چاہئیں۔اگر کتے میں برکت ہوتی، تو کتے کے ریوڑ ہوتے لیکن کتوں کے ریوڑ نہیں ہوتے بلکہ بکریوں کے ریوڑ ہوتے ہیں۔کیونکہ حلال میں برکت ہے حرام میں کثرت ہے اور ہم کثرت کے دھوکے میں آ جاتے ہیں کہ شاید اس کثرت سے کام بن جائے گا لیکن نہیں بنے گا سچی بات ہے نہیں بنے گا۔

گھر کے اجاڑ کے چار اسباب: زندگی کے دن رات میں ہم دیکھیں کہ کونسا ایسا عمل ہے جس سے اللہ کی برکت ہمارے گھروں سے نکل رہی ہے۔میں نے آپ کو اس شخص کی کہانی سنائی تھیں جس نے کہا تھا کہ میرے گھر میں پتھر آتے ہیں ہر چیز گھر کی ٹوٹ جاتی ہے آدمی کو نہیں لگتے۔

۱) تو میں نے پہلا سوال یہ کیا: یہ بتائیں آپ کے گھر میں ننگے سر عورت ہے اور وہ عورت جب مرد گھر میں نہ ہوں تب بھی ننگے سر نہ ہو؟۔اس شخص نے کہا: نہیں۔

۲) دوسرا سوال یہ کیا کہ گھر میں کوئی جاندار کی تصویر ہے۔ کہا: نہیں ہے۔

۳) کوئی کتا ہے آپ کے گھر میں۔۴) اور آخری چیز پوچھی گھر میں بے نمازی ہے؟ کہا: بے نمازی نہیں ہے

ننگے سر عورت سے گھروں کی بربادی: میں سوچنے لگا کہ ننگے سر عورت سے تو یہ کام بنتا ہے کہ گھروں میں سے برکت اٹھ جاتی ہے اور جب عورت چہرے کا حجاب اٹھا دیتی ہے تو اس وقت کیا بنتا ہوگا پھر کہتے ہیں گھر میں چین نہیں ہے، پھر کہتے ہیں گھروں میں ایئر کنڈیشنڈ کی ٹھنڈک ہے اندر آگ کی جلن ہے بے چینی، بے کلی، بے قراری ہے۔وہ برکت والی چیزوں کو تو ہم نے دھکے دے کر گھروں سے نکال دیا تو چین کیسے آئے گا تیری زندگی میں۔پھر یہ مایوس ہوگا، بے چین ہوگا، تجھے کسی پل چین نہیں آئے گا۔چین والی زندگی، چین والے اعمال اور سکون والی زندگی کو اور سکون والے اہتمام کو سب کو تو ہم نے گھروں سے نکال دیا ہے۔پھر تو سکون اور چین کیسے مانگتا ہے؟ دیوانہ ہے! جَو بو کر تو گندم کی توقع رکھتا ہے۔یہ بات تجھے کس نے سمجھائی ہے؟ یہ سلیقہ کس نے دیا ہے؟ کہنے لگے تیرے گھر کوئی ننگے سر عورت ہے جواب دیا نہیں اچھا تو معلوم ہوا کہ برکت کا ایک عمل موجود ہے۔

مرد کی ولایت میں عورت کا کردار: آج آپ کو ایک نکتے کی بات عرض کرتا جاؤں فقیر کی بات ہے......عورت چاہے تو مرد کو برکت دے دے عورت چاہے تو مرد کو نحوست دے دے۔ ایک درویش تھے مصلے پانی پر رکھ کر نماز پڑھتے تھے اور مصلیٰ پانی میں بھیگتا نہیں تھا اور ڈوبتا نہیں تھا۔ان کی بیوی کہنے لگی: میری وجہ سے کرتا ہے۔کہنے لگے: تیری وجہ سے کیسے۔کہنے لگی: اچھا پھر کل دکھانا۔دوسرے دن جب وہ پانی پر گئے تو مصلیٰ رکھا اور وہ پانی میں ڈوب گیا۔وہ واپس آ گئے اور حیران ہوئے کہ تو نے چیلنج کیا تھا واقعی بات تو ویسی ہی ہوگئی۔بیوی کہنے لگی: میں سنتوں کا اہتمام کرتی تھی باوضو رہتی تھی ذکر تسبیحات کرتی تھی اپنی عزت کی اپنی نظر کی اور تیرے مال کی حفاظت کرتی تھی۔ تیرے مال کی خیانت نہیں کرتی تھی۔تیری چیزوں کی خیانت نہ کرتی تھی۔ان ہی اعمال کے ساتھ غذا پکاتی تھی اور تجھے کھلاتی تھی، تیری خدمت کرتی تھی، تیرے اندر برکت ہوئی اور اللہ جل شانہٗ نے اس برکت کی برکت سے پانی تجھ پہ مسخر کر دیا اور تجھے تسخیر دی پانی پر۔میں نے کچھ دنوں کیلئے وہ اعمال چھوڑ دیے تھے۔میں نے کہا تھا کہ اب کر کے دکھاؤ۔

عورت، گھر کو جنت یا جہنم بنادے: میرے حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے تھے (بڑے عرصے کے بعد بات یاد آئی) عورت نوے فیصد چاہے تو گھر کو جہنم بنا دے، گھر کو چاہے تو جنت بنادے، نوے فیصد اس میں عورت کا ہاتھ ہے، دس فیصد صرف مرد کا ہاتھ ہے۔

ظالم مرد یا عورتیں: سب سے بڑی غفلت آج ہماری عورتوں کی تربیت نہ کرنے کی ہے اس میں مردوں کا قصور بہت زیادہ ہے ہم اپنی عورتوں کی تربیت نہیں کرتے ایمان اور اعمال کی، اللہ کے تعلق کی، عورتوں کو، بچوں کو وقت نہیں دیتے، ان کو دینی ماحول نہیں دیتے، ان کو دینی ماحول میں لے کر ہی نہیں جاتے، ہمارے پاس وقت ہی نہیں ہے، یہی عورت جب بیمار ہوجاتی ہے، پھر ساری مصروفیات چھوڑ کر اس کو ڈاکٹر اور معالج کے پاس لے جاتے ہیں، وہی عورت جب روحانی بیمار ہے، اس کے لئے تو کوئی روحانی معالج کے پاس یا روحانی مجالس یا روحانی تعلق کو نہیں لیتے۔ہم ظالم ہیں۔

جاندار کی تصاویر نقصان ہی نقصان: میں دوستوں سے کہہ رہا تھا جاندار کی تصویر کا عالم تو یہ ہے کہ جاندار کی تصویر ہے اور وہ غیر متحرک ہے اور اگر گھر میں کوئی ایسی چیز ہو جس میں جاندار کی متحرک تصویریں آتی ہوں اور غیر محرم کی تصویریں آتی ہوں اور عورت یا بہن، اپنے بھائی کے ساتھ بیٹھ کے غیر محرم کی تصویر دیکھتی ہے، ایسا نظام ہے، گھر گھر میں تو، اس گھر کی برکتوں کا کیا بنے گا، ذرا ٹھنڈے دل سے بیٹھ کے خود ہی سوچیں! اس گھر کی رحمتوں کا کیا بنے گا، اس گھر میں چین آئے گا؟ سکون آئے گا؟ وہ سکون اور چین اور برکت کے سارے معاملات اور دروازے تو ہم نے بند کر دیئے ہیں اور چین اور سکون اور برکت کے سارے اسباب تو ہم نے خود بخود اپنے ہاتھوں سے ختم کر دیئے اور توڑ دیئے۔اور بے برکتی کے سارے اسباب کو ہم نے جوڑا اور سنوارا۔

کتوں کی اہمیت ہے مگر: ہمارے پڑوسی ہیں انہوں نے کتا حفاظت کیلئے پال رکھا ہے شریعت میں اس کی کوئی توجیہہ ہے یہ بھی علماء سے پوچھ کر کریں میں اس دن سامنے گھر میں گیا وہاں بڑے بڑے دو کتے ہیں۔بڑے بڑے پتیلے چولہے پر چڑھے ہوئے تھے میں نے کہا یہ کیا ہے تو کہنے لگے: کتوں کے لئے گوشت ابل رہا ہے ان کے لئے باقاعدہ چھوٹی چھوٹی چارپائیاں بنی ہوئی ہیں اس پر گدے بچھے ہوئے ہیں۔ **(جاری ہے)**

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ کے فضل سے اور آپ کی دعاؤں سے یہ حقیر بندہ سعودی عرب خیر و عافیت سے پہنچ گیا اور اللہ تعالیٰ کی توفیق سے عمرہ بھی کر لیا ہے۔اللہ تعالیٰ کا بہت احسان ہے کہ اس نے اس جوانی میں اپنے گھر کی زیارت نصیب فرمائی، بس اس کریم کا شکر کیسے ادا کروں کہ اس نے مجھ جیسے گنہگار کو یہ شرف بخشا۔جب خانہ کعبہ پر میری پہلی نظر پڑی تو سب سے پہلے میں نے اپنے ایمان کی حفاظت کیلئے دعا مانگی کہ اللہ تو نے مجھے تھوڑی بہت توفیق دی ہے نماز کی اور درس سننے اور اس پر عمل کرنے کی اس توفیق کو نہ چھیننا اور اپنی اولاد کیلئے اور پھر آپ کیلئے، تسبیح خانے کیلئے **(باقی صفحہ نمبر 7 پر)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

شجاعت اور علم کے بحر بیکراں

محمد اویس، لاہور

حضرت ابو رافع رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ ''حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے ساتھ موجود لشکر اس بات کا عینی شاہد ہے کہ میں نے اپنے ساتھ آدمیوں سمیت یہ کوشش کی کہ اس دروازہ کو اٹھائیں یا الٹا کر دیں جسے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے اٹھا رکھا تھا لیکن ہم ایسا نہ کر سکے

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی شجاعت

ایک جنگ میں لڑائی اپنے عروج پر تھی' موت کا رقص جاری تھا اور حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ شہادت کے شوق میں میدان کارزار میں اپنی جان کی بازی لگاتے ہوئے کسی تردد و تامل اور بزدلی کے بغیر جوہر شجاعت دکھا رہے تھے اور بہت سے یہودیوں کو ٹھکانے لگا چکے تھے' قلعہ فتح ہونے کے قریب تھا کہ اچانک قلعہ کے پہرہ داروں کا ایک گروہ نکلا اور اس گروہ کے ایک آدمی نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ پر اس زور سے وار کیا کہ ڈھال بھی آپ کے ہاتھ سے گر گئی چنانچہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے پکار کر کہا: ''اس ذات کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے یا تو میں بھی شہادت کا وہی مزا چکھوں گا جو حمزہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے چکھا تھا یا اللہ تعالیٰ میرے لیے ضرور اس قلعہ کو فتح فرما دیگا۔''

یہ فرما کر آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ شیر کی طرح ایک پرانے دروازے کی طرف دوڑے جو قلعہ کے پاس پڑا ہوا تھا آپ نے اس دروازہ کو اٹھایا اور اس کو ڈھال کی جگہ استعمال کرتے ہوئے بچاؤ کا ذریعہ بناتے رہے' جب تک آپ دشمنوں سے لڑنے میں مصروف رہے وہ دروازہ آپ کے ہاتھ میں ہی رہا' یہاں تک کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے ہاتھ پر اللہ تعالیٰ نے اس قلعہ کو فتح فرمایا تو آپ نے اس دروازہ کو پھینک دیا۔

حضرت ابو رافع رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ ''حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے ساتھ موجود لشکر اس بات کا عینی شاہد ہے کہ میں نے اپنے سات آدمیوں سمیت یہ کوشش کی کہ اس دروازہ کو اٹھائیں یا الٹا کر دیں جسے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے اٹھا رکھا تھا لیکن ہم ایسا نہ کر سکے۔''

مسئلہ تقدیر کی وضاحت

ایک مرتبہ ایک کمزور جسم کا شخص حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی خدمت میں حاضر ہوا اور آپ کے سامنے بیٹھ کر کمزور آواز میں کہنے لگا: ''حضرتؓ! مجھے تقدیر کے بارے میں بتائیے کہ اس کی حقیقت کیا ہے؟'' اس کے اس سوال کے جواب میں حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا: ''یہ ایک تاریک راستہ ہے تم اس پر نہیں چل سکو گے'' ''آپ مجھے تقدیر کے بارے میں بتا دیجئے'' اس شخص نے دوبارہ اپنا سوال دہرایا۔ ''یہ ایک گہرا سمندر ہے تم اس میں داخل نہیں ہو سکتے''

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے اسے سمجھانے کی کوشش فرمائی لیکن وہ شخص مسلسل اصرار کرتے ہوئے ان سے تقدیر کے متعلق سوال کرنے لگا تو حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا ''یہ اللہ کا راز ہے جو تجھ سے پوشیدہ ہے لہٰذا تم اس راز کو افشا نہ کرو' جب اس شخص کا اصرار مزید بڑھا اور اس نے ایک مرتبہ پھر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے تقدیر کے متعلق سوال کیا تو حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا ''اے سوال کرنے والے! یہ تو بتا کہ اللہ تعالیٰ نے تجھے اپنی منشاء کے مطابق پیدا کیا یا تیری مرضی کے مطابق؟'' اس نے عرض کیا کہ ''اللہ نے مجھے اپنی مرضی اور منشاء کے مطابق پیدا کیا ہے'' چنانچہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا ''تو بس پھر تجھے جس کام کیلئے چاہے استعمال کرے۔''

ایک یہودی کا قبول اسلام

ایک مرتبہ ایک یہودی حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے پاس آیا اور خباثت بھرے انداز میں پوچھنے لگا ''حضرت! ہمارا رب کب سے ہے؟'' یہ سن کر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کا چہرہ متغیر ہو گیا' رخسار سرخ ہو گئے' اپنا ہاتھ اس کے شانے پر رکھ کر اس کو جھنجھوڑا اور فرمایا ''وہ ذات ایسی نہیں ہے کہ ایک زمانہ میں موجود نہیں تھی پھر موجود ہوئی' بلکہ وہ ابتداء سے موجود ہے' وہ ذات بلا کیفیت ہے' نہ اس سے قبل کچھ تھا اور نہ اس کی کوئی انتہا ہے وہ ہر انتہاء کی انتہاء ہے''

اس آدمی نے انکساری کے ساتھ اپنا سر جھکا لیا اور کہنے لگا: ''اے ابوالحسن آپ نے سچ فرمایا' اے ابوالحسن آپ نے سچ فرمایا۔'' پھر اس کی آنکھوں سے آنسو جاری ہو گئے اور اس نے اللہ تعالیٰ کی معبودیت اور رسول اللہ ﷺ کی رسالت کا اقرار کیا اور مسلمان ہو کر واپس چلا گیا۔

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ سے محبت

ایک مرتبہ امیرالمومنین حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ پرانے و بوسیدہ کپڑوں میں ملبوس شکستہ و خستہ حال بیٹھے تھے اور ذکر و تسبیح میں مشغول تھے کہ ابومریم (ایک غلام) حاضر خدمت ہوئے اور متواضعانہ انداز میں دوزانوں بیٹھ کر عرض کیا ''یا امیرالمومنین! میں آپ کے پاس اپنی ایک درخواست لے کر آیا ہوں'' حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے درخواست کے متعلق پوچھا تو ابومریم کہنے لگے میری درخواست یہ ہے کہ آپ اپنے جسم سے یہ چادر اتار دیں کیونکہ یہ بہت پرانی اور بوسیدہ ہے۔''

یہ سن کر حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے چادر کا ایک کونا اپنی آنکھوں پر رکھا اور زار و قطار رونے لگے یہ منظر دیکھ کر ابومریم بہت شرمندہ ہوئے اور عرض کیا ''اے امیرالمومنین! اگر مجھے معلوم ہوتا کہ میری اس بات سے آپ کو تکلیف ہوگی تو میں کبھی آپ کو چادر اتارنے کا نہ کہتا''

''اے ابومریم! اس چادر سے میری محبت روز بروز بڑھتی جاتی ہے کیونکہ یہ چادر مجھے میرے حبیب اور خلیل نے تحفہ دی تھی''۔ حضرت علی رضی اللہ عنہٗ گویا ہوئے۔

''اے امیرالمومنین! آپ کے خلیل کون ہیں؟'' ابومریم نے بنظر استعجاب دریافت کیا۔

''میرے خلیل حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہٗ ہیں بلاشبہ عمر رضی اللہ عنہٗ اللہ کے ساتھ تو مخلص تھے اور اللہ تعالیٰ نے بھی ان کے ساتھ بھلائی کی۔'' یہ فرما کر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ دوبارہ رونے لگے حتیٰ کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے سینہ مبارک سے گونج دار آوازیں آنے لگیں۔

نونہال کی اچھی صحت کے گُر

سیدہ عالیہ افزاء بخاری' ٹوبہ ٹیک سنگھ

بچوں کے سامنے کبھی دوسروں کی برائیاں مت کیجئے بلکہ اگر وہ آپ کو دوسروں کی باتیں بتائے تو پیار سے ڈانٹیں اور سمجھائیں کہ چغلی کرنا مردہ بھائی کا گوشت کھانے کے برابر ہے' گھر میں بڑے بچوں کو چھوٹوں سے پیار کرنا سکھائیے اور چھوٹے بچوں کو بڑوں کا احترام کرنا سکھائیے

نیک اولاد کسی بڑے خزانے سے کم نہیں ہوتی اور نیک اولاد ایسا صدقہ جاریہ ہے جو مرنے کے بعد بھی والدین کی بخشش کا ذریعہ بنتی ہے اور زندہ والدین کی دنیا ہی جنت بنا دیتے ہیں۔ ہم اپنے اردگرد نظر دوڑائیں تو اکثریت نوجوانوں کو بگڑے ہوئے پائیں گے' کوئی نشہ کا عادی ہے تو کوئی لڑکیوں کے چکروں میں پڑا ہوا ہے جس کی وجہ سے والدین کی بدنامی ہو رہی ہے اور ان کی زندگی جہنم بنی ہوئی ہے اگر چھوٹے بچوں کو دیکھیں تو وہ بھی والدین کو بہت تنگ کر رہے ہیں' کبھی شرارتوں کے ذریعے کبھی پڑھائی سے عاری نظر آتے ہیں۔ والدین بہت پریشان نظر آتے ہیں۔

اگر غور کیا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ یہ بڑوں کی لاپرواہی اور ناسمجھی کا نتیجہ ہے کیونکہ بچوں کی ضرورت صرف تعلیم ہی نہیں ہے بلکہ اچھی تربیت' علم پر عمل کروانے کا باعث بنتی ہے اور بچے اچھی تربیت ہی سے تعلیم یافتہ نظر آتے ہیں اور اسی طرح والدین کی عزت و تکریم میں اضافہ ہوتا ہے۔ بچے کی شخصیت پر جو چیز سب سے زیادہ اثر انداز ہوتی ہے وہ اس کے والدین کی زندگی گزارنے کا طریقہ کار ہے کہ وہ کس طرح بولتے ہیں کس طرح کھاتے ہیں' کس طرح چلتے ہیں کس طرح سوتے جاگتے ہیں۔ بچے تھوڑی سی سمجھ بوجھ کے ساتھ ہی وہی طریقہ اختیار کر لیتے ہیں اگر بچے تمیز کے ساتھ بولتے ہیں تو سمجھیے اُس کے والدین دھیمی اور خاموشی والی زبان سے بات کرتے ہیں اگر وہ آہستہ اور آرام سے کھانا کھاتے ہیں تو سمجھیے کہ اس کے والدین جلدی جلدی کھانا نہیں کھاتے' اسی طرح بچے کی دوسری نقل و حرکت بھی والدین سے مشابہت رکھتی ہیں اگر بچے گالیاں نکالتے ہیں تو سمجھیے کہ بچہ گھر میں سے گالیاں سیکھ رہا ہے۔ والدین اگر بات بات پر لڑنا' جھگڑنا اپناتے ہیں تو بچے بھی اپنے ہم عمر بچوں سے لڑتے جھگڑتے ہیں' گھر میں بھی بڑوں سے لڑ جھگڑ کر بات کریں گے اگر آپ جھوٹ بولتے ہیں تو وہ بھی اپنا گناہ اور شرارتیں چھپانے کیلئے جھوٹ کا سہارا لیں گے اور یاد رکھیے کہ بچے کی ابتدائی عمر میں پڑنے والی خصلتیں یا بُری عادتیں پختگی اختیار کر لیتی ہیں اس لیے ضروری ہے کہ بچوں کی زندگی سنوارنے کیلئے اور آپ اپنی زندگی جنت بنانے کیلئے پہلے اپنی عادات بدلیے اور معصوم ناسمجھ بچوں کو اچھی عادات کا عادی بنائیے اگر باپ سگریٹ نوشی کرتا ہے تو یا تو عادت ترک کر دیجئے یا بچوں سے چھپ کر پیجئے کہ بچے میں یہ بُری لت نہ پڑ جائے آپ بھلے ہی بچوں کو اچھے سکول میں تعلیم دلوا رہے ہیں مگر آپ کا بچوں کی نقل و حرکت پر نظر رکھنا' ہوم ورک دیکھنا اور ان کیلئے وقت نکالنا بہت ضروری ہے' بچوں کی پیار و محبت سے پرورش کریں مگر کبھی کسی ایک بچے کو زیادہ محبت نہ دیجئے' برابری کی سطح پر پیار دیجئے ورنہ زیادہ محبت والا بگڑ سکتا ہے اور کم والا چڑچڑے پن کا شکار ہو کر بے ادب بن سکتا ہے۔ بچوں کے سامنے کبھی دوسروں کی برائیاں مت کیجئے بلکہ اگر وہ آپ کو دوسروں کی باتیں بتائے تو پیار سے ڈانٹیں اور سمجھائیں کہ چغلی کرنا مردہ بھائی کا گوشت کھانے کے برابر ہے' گھر میں بڑے بچوں کو چھوٹوں سے پیار کرنا سکھائیے اور چھوٹے بچوں کو بڑوں کا احترام کرنا سکھائیے۔ اس طرح آپ کا گھرانہ پیار' محبت' عزت و احترام کا گہوارہ بن جائے گا اور سب لوگ آپ کی تعریف کریں گے اور بچے کی زندگی تو جنت بنے گی ہی وہ بچے آپ کی زندگی کو بھی جنت بنا دیں گے۔ آخر ایک اہم بات کہ بچے کو معاشرے سکول یا دوسروں کے سپرد مت کیجئے بلکہ اپنا فرض سمجھئے اور پھر حقوق کی ادائیگی بھی ممکن ہو سکتی ہے۔

بچوں کی اچھی صحت کے گُر: ہر بچے کی پیدائش سے ظاہر ہوتا ہے کہ خالق کائنات ابھی انسان سے ناراض نہیں ہوا ہے۔ انسانی نسل کا تسلسل ان کی آمد سے ہی برقرار رہتا ہے۔ بچہ رو کر اگر اپنی آمد کا اعلان کرتا ہے تو وہ یہ بھی بتاتا ہے کہ اس کے تحفظ اور پرورش کی ذمے داریاں بھی معمولی نہیں ہوتیں۔ نسل انسانی کے تسلسل کے ذمے دار اس محدود میں لامحدود بچہ انسان کو قدرت یوں ہی ہمارے حوالے نہیں کر دیتی۔ وہ اس کے جسم میں کم از کم چھ ماہ تک امراض سے لڑنے کی قدرتی صلاحیت بھی رکھ دیتی ہے۔ وہ جب ماں کا دودھ پیتا ہے تو ابتدائی دنوں کا دودھ اسے غذائیت کے ساتھ امراض سے اس کے تحفظ کا مزید اہتمام بھی کر دیتا ہے۔ ہر جاندار بچہ اپنی ماں سے اپنی غذا حاصل کرتا ہے۔ انسان کے بچے کا بھی یہ پیدائشی حق ہے کہ اس کی ماں اسے اپنا دودھ پلائے۔ ماں کا دودھ بچے کی سب سے موزوں اور سب سے محفوظ غذا ہوتی ہے۔

ولادت سے پہلے اگر وہ آپ کے خون پر پل رہا تھا تو اب آپ کے خون سے چھن کر آنے والے دودھ پر پلنے کا حق دار ہے' اسے اپنے دودھ اور اپنی قربت سے محروم نہ کیجئے۔ بچوں کی صحت اور ان کی بڑھوتری کا یہ بنیادی اور اولین اصول سمجھ لینے اور عمل کرنے سے آپ اس کی صحت کا درست سامان کرینگے۔ اب اسے پسینہ بھی آتا ہے اب اس کے اعضائے ہضم بھی اپنا کام کر رہے ہیں اس لیے بول و براز کی صفائی بھی آپ کا فرض ہے۔ کم از کم چھ مہینوں تک اسے نل' کنویں' چشمے کے پانی کی ضرورت نہیں ہوگی۔ یہ اسے آپ کے دودھ سے ملتا رہے گا اس لیے ضروری ہے کہ ماں صاف ستھرا پانی بھی پیے اور اچھی غذا بھی کھائے۔ آپ کا بچہ اپنا زیادہ وقت سو کر گزارے گا اس کو پوری نیند لینے کا حق ہے۔ اس عمر میں اس کے جسمانی ردعمل کا بھی مشاہدہ کرتے رہیے۔ وہ اگر آواز سے چونکتا ہے تو جان لیجئے کہ اس کے سننے کی صلاحیت معمول کے مطابق ہے۔ تیز روشنی میں آنکھیں موند لیتا ہے تو یقین کرنا چاہیے کہ اس کی بینائی درست ہے۔ بدمزہ شے کے چکھنے سے منہ بناتا ہے تو گویا اس کی قوت ذائقہ درست ہے۔ آپ کی انگلی اپنی مٹھی میں پکڑ لیتا ہے تو جان لیں کہ اس کے اعصاب اور عضلات درست ہیں۔ یہ ردعمل درست نہ ہوں تو پھر اس سلسلے میں فکر و تدبیر کرنا ضروری ہوگا اور اس سلسلے میں صحیح مشورہ صرف ماہر معالج ہی آپ کو فراہم کرے گا۔ بچے کو حفاظتی ٹیکے ضرور لگوائیں' معالجین کی اکثریت انہیں مختلف امراض سے بچاؤ کیلئے ضروری سمجھتی ہے۔ بچوں کو مقررہ عمر کے اندر اندر یہ ٹیکے ضرور لگوا دینے چاہئیں۔ یہ اس لیے بھی ضروری ہو گیا ہے کہ پوری دنیا کا ماحول آلودگی کی لپیٹ میں ہے جس کی وجہ سے انسانی جسم کا نظام مدافعت کمزور ہوتا جا رہا ہے۔ بچوں کیلئے ان ٹیکوں کی افادیت ناقابل تردید ہے۔ بچہ ہر قوم کی امانت اور اچھے مستقبل کی ضمانت ہوتا ہے۔ اس کی پرورش تعلیم و تربیت میں خیانت ہر اعتبار سے سب کیلئے نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔

نوزائیدہ بچے کو صحتمند اور خوبصورت کرنے کیلئے

ھوالشافی: شہد' بادام روغن' زیتون کا تیل' کسٹر آئل ایک ایک قطرہ ملا کر پیدائشی بچے یا بچی کو پہلے چند ماہ چٹانا ہے۔ پھر صبح و شام دو دفعہ پھر جیسے جیسے بچہ بڑا ہوتا جائے قطرے بڑھاتے جائیں۔ یہ چیزیں خالص ہونی چاہئیں' یہ اجزاء بچوں کی بہت سی تکالیف مثلاً خشکی' آنتوں کی صفائی' طاقت کیلئے لاجواب ٹانک ہے' بچہ صحتمند اور موٹا ہوگا۔ ہمارے تمام خاندان کا سالوں سے آزمودہ ہے۔ **(علاؤالدین قریشی' میانوالی)**

قرآن شفاء بھی، محافظ بھی اور دوا بھی

پروفیسر عبدالسلام فاروقی

لیکن نہ تو میرا قدم ڈگمگایا اور نہ ہی مجھے کوئی خراش آئی۔ جب فائرنگ بند ہوئی تو میں نے دیکھا کہ جس جگہ میں ٹیک لگائے کھڑا تھا۔ اس کے علاوہ اس ڈبے کا کوئی حصہ ایسا نہ تھا جو گولیوں سے چھلنی نہ ہو چکا ہو

پاکستان بننے سے پہلے میرے ایک عزیز دہلی میں رہائش پذیر تھے آج کل کراچی میں رہتے ہیں۔ جب اکتوبر 1947ء میں سارے پنجاب میں فسادات ہورہے تھے اور دہلی شہر بھی ان کی زد میں آچکا تھا تو وہ بھی اپنے گھر سے نکل کر،پرانے قلعہ دہلی میں رہے پھر وہاں سے بڑی مشکل سے ریلوے سٹیشن تک پہنچے اور لاہور جانے کیلئے دوسرے فساد زدہ لوگوں کے ساتھ گاڑی میں سوار ہوگئے۔ ان کے پاس صرف ایک بیگ تھا جس میں چند کپڑے تھے ان کے علاوہ ایک چھوٹے سائز کا قرآن مجید تھا جس کو انہوں نے اپنے سینے سے باندھ رکھا تھا۔ گاڑی آہستہ آہستہ چلتی بلکہ رینگتی ہوئی تین دن میں امرتسر پہنچی۔ راستے میں کئی جگہ ہندو اور سکھ بلوائیوں نے حملے کیے اور مسلمانوں کے مال وجان کو نقصان پہنچایا مگر گاڑی کسی نہ کسی طرح آگے بڑھتی رہی لیکن امرتسر کے اسٹیشن پر رات کے وقت پہنچ کر ایسی رکی کہ دن کے نو بج گئے ڈرائیور اور گارڈ کا کہیں پتہ نہ تھا آخر ہندو اور سکھ فوج اور مسلح بلوائیوں کے گروہ اسٹیشن پہنچ گئے۔ انہوں نے پہلے تو تمام مسلمانوں کو گاڑی سے پلیٹ فارم پر اتار لیا۔ پھر رائفلوں، مشین گنوں اور برین گنوں سے مسلمانوں پر فائر کھول دیا۔ کیا قیامت کا سماں تھا۔ چاروں طرف مسلح ہندو اور سکھ اور درمیان میں نہتے مسلمان مرد،عورتیں اور بچے جو اپنا کوئی دفاع نہیں کرسکتے تھے سوائے اس کے کہ جس سے ہوسکا وہ زمین پر لیٹ گیا تاکہ گولیوں کی سیدھی بوچھاڑ سے بچ سکے۔ اس وقت اس کے سوا دفاع کا کوئی اور طریقہ ممکن ہی نہیں تھا لیکن میرے وہ عزیز کہتے ہیں کہ اس وقت مجھے خیال آیا کہ اگر میں بھی لیٹ گیا تو قرآن مجید کی جو میرے سینے سے بندھا ہوا ہے بے حرمتی ہوگی اور پھر میں خدا کے سامنے کیا منہ لے کر جاؤں گا کہ میں نے اپنی جان کو کچھ عرصے تک بچانے کیلئے قرآن مجید کو زمین بوس کردیا اور جیتے جی قرآن کو سرنگوں ہونے دیا۔

یہ خیال آتے ہی میں نے دل میں پختہ ارادہ کرلیا کہ چاہے میری جان کو کتنا ہی خطرہ کیوں نہ ہو جب تک جان میں جان ہے میں قرآن مجید کو زمین پر نہیں لگنے دوں گا یہ ارادہ کرکے میں گاڑی کے ساتھ پشت لگا کر کھڑا ہوگیا دو گھنٹے تک لگاتار گولیاں چلتی رہیں اور میرے دائیں بائیں اور اوپر سے گزرتی رہیں۔ ریل گاڑی کے اس ڈبے کے شیشے چکنا چور ہوگئے جس کے ساتھ میں کھڑا تھا لیکن نہ تو میرا قدم ڈگمگایا اور نہ ہی مجھے کوئی خراش آئی۔ جب فائرنگ بند ہوئی تو میں نے دیکھا کہ جس جگہ میں ٹیک لگائے کھڑا تھا۔ اس کے علاوہ اس ڈبے کا کوئی حصہ ایسا نہ تھا جو گولیوں سے چھلنی نہ ہوچکا ہو۔ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ جیسے کسی ماہر نشانہ باز نے اپنے معمول کو لکڑی کی دیوار کے ساتھ کھڑا کرکے اس کے گرد چاقو کا حصار کھینچ دیا ہو قرآن مجید کا یہ معجزہ مجھے کبھی نہیں بھول سکتا۔ افسوس! آج ہم خدا کی یاد سے غافل ہیں ورنہ خدا تو ہر دم ہمارا محافظ اور مددگار ہے۔

زہریلے سانپوں کے کاٹے ہوئے کا قرآنی آیات سے علاج

حیدرآباد (سندھ) کے نزدیک واقع تاج پور میں مقیم ایک مشہور شخصیت نواب محمد خان لغاری ''سانپوں کے بادشاہ'' کہلاتے ہیں وہ سانپوں کے بہت ماہر ہیں، انہوں نے تقریباً چار ہزار سانپ پالے ہوئے ہیں اور سب کے دانت اور زہر کی تھیلیاں موجود ہیں۔ وہ مارگزیداؤں (سانپ کے کاٹے لوگ) کا علاج بغیر معاوضے کے کرتے ہیں اور ساتھ آنیوالوں کی رہائش اور اخراجات وغیرہ بھی خود ہی برداشت کرتے ہیں۔

وہ ایک عمل کے ذریعے مریضوں کا علاج کرتے ہیں جس میں سورۃ کافرون نمایاں ہے اس کے علاوہ تعویذ اور دم کیا ہوا پانی بھی دیتے ہیں۔ بے شمار سانپوں کے کاٹے ہوئے لوگ ان کے علاج سے صحت یاب ہوچکے ہیں۔ 15 ستمبر 1977ء کو نواب محمد خان صاحب اور ان کے سانپوں کے بارے میں ایک نامور علمی رسالے میں ایک تحریر بھی دی گئی ہے اس تحریر میں نواب صاحب کا انٹرویو ان کا طریقہ علاج اور ان کے شاگردوں اور سانپوں کے بارے میں حیرت انگیز تفصیلات بتائی گئی تھیں۔

ڈینگی وائرس کیلئے آزمودہ ترین عمل

اول آخر درود شریف 3،3 بار، تین بار فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِيْنَ ظَلَمُوْا ط وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ o (انعام 45) 21 بار پڑھ کر یقین کامل سے دم کریں۔

اس کے ساتھ سورۃ انعام کی آیات 16,17 خوشخط لکھ کر اپنے گھر کے دروازے پر لگادیں انشاء اللہ تمام گھر اس موذی وائرس سے محفوظ رہے گا۔ (محمد توفیق لاہور)

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 65

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا، آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضور نبی کریم ﷺ نے حضرت علی کا یمن تبلیغ کیلئے انتخاب کیا، حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے پہلے تو اس کام کو دشوار سمجھا مگر آپ ﷺ نے ان کے سینہ پر دست مبارک رکھ کر دعا فرمائی کہ ''اے اللہ! اس کی زبان کو راست گو بنا اور اس کے دل کو ہدایت کے نور سے منور کردے۔'' اس کے بعد ان کے سر پر عمامہ باندھا اور سیاہ علم دے کر یمن کی طرف روانہ کیا، حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے اپنے حسن تدبیر اور حسن سلوک سے وہاں کا رنگ کچھ ایسا بدل دیا کہ ہمدان کا پورا قبیلہ مسلمان ہوگیا۔ (خلفائے راشدین)

خارجی حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کے خلاف برابر سازش کرتے رہے، وہ مجوسیوں، مرتدوں، نومسلموں اور ذمیوں کو بغاوت پر آمادہ کرتے رہتے مگر حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے ان بغاوتوں کو بڑے صبر وتحمل سے فرو کیا اور جب وہ زیر ہوگئے تو ان سے لطف وترحم کا برتاؤ کیا، ایرانی باغی ان کے فیاضانہ سلوک سے یہ کہہ اٹھے تھے کہ امیر المومنین علی رضی اللہ عنہٗ بن ابی طالب کے طریق جہاں بانی نے تو نوشیروانی طرز حکومت کی یاد بھلادی۔ حضرت علی رضی اللہ عنہٗ ذمیوں کے ساتھ ہمیشہ شفقت ومحبت کا برتاؤ رکھا، حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے ان سے جتنے معاہدے کیے تھے ان کو برقرار رکھا، حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے حجاز کے عیسائیوں کو نجران یمن سے جلاوطن کرکے نجران عراق میں آباد کرادیا تھا کیونکہ انہوں نے مسلمانوں کے خلاف گھوڑے اور اسلحہ جمع کرنا شروع کردیئے تھے۔ حضرت علیؓ کے زمانہ میں وہ واپس آنا چاہتے تھے اور جب حضرت علیؓ سے اس کیلئے درخواست کی تو انہوں نے منظور کرنے سے یہ کہہ کر انکار کردیا کہ عمر رضی اللہ عنہٗ کے فیصلے بہت موزوں ہوتے تھے پھر بھی ان کیلئے یہ تحریر لکھ دی کہ تم لوگ میرے پاس اللہ کے نبی ﷺ کی ایک تحریر لیکر آئے ہو جس میں تمہارے لیے تمہاری جان، تمہارے مال کے سلسلے میں شرط لکھی ہے تمہارے لیے محمد ﷺ ابوبکر رضی اللہ عنہٗ اور عمر رضی اللہ عنہٗ نے جو کچھ تحریر فرمایا ہے وہ میں نے پورا کردیا۔ لہٰذا اب جو مسلمان ان کے یہاں جائے اسے ان وعدوں کو پورا کرنا چاہیے جو ان کے ساتھ کیے گئے ہیں نہ ان کو دبایا جائے نہ ان کیساتھ ظلم کیا جائے نہ انکے حقوق میں سے کسی قسم کی کمی کی جائے۔

خودکشی کیوں بڑھتی جارہی ہے؟؟؟

اپنی زندگی کا سٹائل بدل ڈالیں' ہر وقت مسکرائیں۔ آپ ایک رکوع ترجمے کے ساتھ روزانہ قرآن پاک کا پڑھیں۔ اشراق کے دو نفل پڑھ کر خود کو اللہ کے حوالے کر دیں۔ ہر بات کو اور ہر کام کو اللہ کی حکمت سے منسوب کریں

(پروفیسر زاہدہ رحمان خان' چنیوٹ)

کچھ عرصہ پہلے میری ایک دوست کی والدہ وفات پا گئیں۔ مجھے کافی عرصہ کے بعد اطلاع ملی' میں ان سے تعزیت کرنے ان کے گھر گئی۔ تعزیت کے بعد انہوں نے روتے ہوئے کہا کہ ان کی والدہ کی جدائی کے بعد رشتہ داروں نے ان پر جادو ٹونہ کر دیا ہے' وہ مایوسی کا شکار ہیں' لہٰذا انہوں نے خودکشی کی بھی کوششیں کیں۔ لہٰذا وہ کسی ایسے جادوئی ٹوٹکے کی منتظر ہیں جس سے ان کی ساری پریشانی اور مایوسیاں اور جادو ٹونہ ختم ہو جائے۔ میں نے ان سے کہا کہ وہ جادوئی ٹوٹکہ میرے پاس ہے۔ اور وہ ہے اللہ کا ذکر اور جادوئی ٹوٹکے سے خود کو کس طرح ٹھیک کرنا ہے میں آپ کو بتاتی ہوں۔

البتہ باقی باتوں کا ذکر کرنا چاہوں گی کہ جب والدہ کی جدائی ہوئی انہوں نے اس بات کو ذہن پر سوار کر لیا اور جب مایوسی کا باقاعدہ شکار ہوئیں اور ان میں جذباتی تبدیلیاں آئیں تو اس کو انہوں نے جادو ٹونے سے تعبیر کیا۔ یہ تبدیلیاں دراصل اس مایوسی کی پیداوار ہیں۔

انسانی شعور دنیا کا سب سے بڑا جادو ٹونہ ہے جب آپ اس میں مایوسی در مایوسی بھرتے ہیں تب اس کا بھی توری ایکشن ہوگا۔ ایک چیز جو آپ کو بُرے حالات اور مایوس کن صورتحال میں سنبھالتی ہے وہ ہے ہمارا دین اور ایمان۔ لیکن خودکشی کی کوششوں سے پتہ چلتا ہے آپ کا دین اور ایمان کتنا کمزور ہے۔

میں ان سے کہا آپ ڈیپریشن کی مریضہ ہیں۔ یکسوئی کی مشقوں سے آپ میں تبدیلیاں آئیں گی جس سے آپ کے دل کی گھٹن آہستہ آہستہ ختم ہو جائے گی اور آپ کا شعور آپ کے قابو میں آ جائے گا اور جو واقعات آپ کی یادداشت میں گھومتے ہیں ان پر بھی آپ کا کنٹرول ہو جائیگا۔ یکسوئی کی مشقوں سے ہونے والی تبدیلیوں سے گھبرائیں نا بلکہ اس وقت تک عمل کرنا ہے جب تک آپ ایک مکمل نارمل حالت میں نہ آ جائیں چاہے ایک مہینہ لگے یا دو۔

اللہ پاک آپ پر نہایت مہربان ہیں۔ اسی کا اندازہ اس بات سے لگائیں کہ آپ خودکشی کی کوشش کے باوجود اس لیے زندہ ہیں کہ اللہ پاک آپ کو حرام موت نہیں مارنا چاہتے تھے بلکہ ایک مومن کے روپ میں دیکھنا چاہتے ہیں۔ اب آپ نے ایک مومن کی زندگی کیلئے کوشش کرنی ہے اور صرف اللہ کیلئے جینا ہے۔ جس کی نظر میں اس دنیا کی کوئی اہمیت نہ ہو اہمیت ہو تو صرف اللہ کی رضا کی۔ اپنی زندگی کا سٹائل بدل ڈالیں' ہر وقت مسکرائیں۔ آپ ایک رکوع ترجمے کے ساتھ روزانہ قرآن پاک کا پڑھیں۔ اشراق کے دو نفل پڑھ کر خود کو اللہ کے حوالے کر دیں۔ ہر بات کو اور ہر کام کو اللہ کی حکمت سے منسوب کریں۔ ہر حالت میں صبر و توکل اور صبر و شکر کے دامن کو ہاتھ سے نہ جانے دیں۔ چاہے یہ آپ کے ظلم سے ہی کیوں نہ حالات پیدا ہوئے ہوں۔ توبہ استغفار ہمارے پاس ہتھیار ہے' گناہوں سے پاک صاف ہونے کا۔ اور آئندہ گناہ نہ کرنے کا عزم ہمیں اللہ پاک کے قریب کر دیتا ہے۔

میرا دین اور ایمان بھی بہت کمزور تھا۔ جب میرا بیٹا شدید مصائب و آلام کو جھیل کر اس دنیا سے چلا گیا تو میں بےچینی' اضطراب اور نفسیاتی امراض کا مزید مجموعہ بن گئی' بچہ یاد آتا تو کسی پل چین نہ ملتا' سوچتی کاش اتنی تکلیف سے پہلے مجھے موت آ جاتی' سوچتی اس نے کیا گناہ کیا تھا اگر یہی تکلیف میرے بچے کے بجائے مجھے ہو جاتی تو میں اتنا کبھی نہ تڑپتی' نہ سوچتی اور نہ ہی محسوس کرنا تھا۔ اگر مر جاتی تو ایک بے دین کی موت مرتی۔ اللہ پاک نے معصوم بچے کو تو اپنی رحمت میں ڈھانپ ہی لیا ہوگا لیکن مجھے بھی ہدایت ہوئی کہ سب کچھ مجھے ہدایت دینے کیلئے ہوا اور پھر میں نے اللہ کے ذکر میں سکون تلاش کیا بلکہ بہت کچھ پایا اور اپنے جیسے ان نفسیاتی مریض بہن بھائیوں کیلئے وہ سب کرنا چاہتی ہوں جس کی ذمہ داری میں اپنے کندھوں پر محسوس کرتی ہوں۔

اللہ پاک کے فضل و کرم سے میرے دو بیٹے اور ایک بیٹی ہے اور میں ایک پرسکون اور خوش گوار زندگی گزار رہی ہوں۔ اللہ کرے کہ آپ کو بھی ایسی پرسکون اور خوشحال زندگی میسر ہو اور جب آپ کا اس دنیا سے رخصت ہونے کا وقت آئے تو کلمہ طیبہ پر اس کا اختتام ہو کیونکہ بہر حال اس دنیا سے جانا ہے اور اللہ پاک ایمان کے ساتھ لے جائے یہی کامیابی ہے۔

آخر خودکشی کیوں......؟؟؟

(حبیب الرحمٰن' مانسہرہ)

خودکشی یا زندگی سے دوری یعنی اکیسویں صدی کا ایک بہت بڑا اور پیچیدہ مسئلہ ہے' خودکشی کے رجحانات دن بدن بڑھتے جا رہے ہیں' خودکشی صرف اسلامی جمہوریہ پاکستان کا مسئلہ ہی نہیں بلکہ پوری دنیا اس پیچیدہ مسئلے کا شکار ہے۔ الیکٹرانک میڈیا اور پریس والے بھی خودکشی کے واقعات کو خوب کوریج دے رہے ہیں کیونکہ خودکشی کے واقعات ہر دوسرے دن اخبار میں پہلے دن کی نسبت زیادہ پڑھنے کو ملتے ہیں۔ معاشرے میں خودکشی کی بڑی وجہ دین سے دوری' ڈیپریشن' بڑھتی ہوئی مہنگائی' بیروزگاری' غربت و افلاس' بےچینی اور مایوسی ہے۔ ان تمام علامات کے اثرات ہمارے سامنے ایک خوفناک و بھیانک شکل میں آ رہے ہیں۔ اس مسئلے کے حل کیلئے اور اس کی روک تھام کیلئے اہل اقتدار طبقہ سمیت ہمیں اس بھیانک مسئلے کے حل کیلئے ہر ممکن کام کرنا ہوگا۔

اس پیچیدہ فعل کا پس منظر دیکھنا ہوگا کہ یہ بڑا و مذموم فعل کن وجوہات کی وجہ سے ہمارے اسلامی معاشرے میں آیا......؟

میرے خیال سے تو اس کی بنیادی وجہ مغرب کی تقلید ہے جس نے ہمیں مادیت پرستی کی طرف مائل کیا ہے اور اہل مغرب ہمیں اپنی قوت و طاقت سے دبانے کی کوشش کر رہا ہے۔ آخر ہم ایسا کیوں کرتے ہیں؟ ایک خوبصورت زندگی کو موت کے منہ میں دھکیل رہے ہیں' انسان سوچے تو معلوم ہوتا ہے کہ زندگی ایک مہکتا ہوا پھول ہے زندگی تو صرف ایک بار ملتی ہے پھر اس سے دور کیوں......؟

اگر دیکھا جائے تو خودکشی ایک بیمار ذہن کا فعل ہے جو اندھیروں' جہالت' مایوسیوں میں اس قدر دب کر رہ جاتا ہے کہ اسے زندگی کا بظاہر کوئی فائدہ اور کوئی رنگینی نظر نہیں آتی اور وہ خودکشی کے مذموم فعل کی طرف مائل ہوتا ہے۔

اس مذموم فعل کی روک تھام کیلئے اہل قلم کو اپنا کردار ادا کرنا چاہیے تاکہ اس برے و مذموم فعل کو روکا جا سکے۔

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

اور جس جس شخص نے دعا کیلئے کہا تھا ان کیلئے اور پورے عالم کیلئے غیر مسلمانوں کیلئے بس جو جو دل میں آیا۔ اللہ سے باتیں کی اور اللہ نے یہ بھی توفیق دی کہ میرے ان ناپاک ہونٹوں نے حجرے اسود کو بوسہ دیا۔ حضرت جی میں اپنے دل کی کیفیات کو بیان نہیں کر سکتا۔ بس اب اپنے آقا پیارے نبی حضرت محمد ﷺ کے روضہ مبارک کی زیارت کا شرف حاصل کرنا ہے انشاء اللہ اس ہفتے ترتیب بنائی ہے اگر اس حقیر کا بلاوا ہوا تو یہ شرف بھی نصیب ہو جائے گا۔ حکیم صاحب یہ سب درس میں آنے کی برکت سے مجھے ملا ہے۔ **(ایک مخلص)**

موسمی تبدیلی اور صحت پر اثرات

ڈاکٹر خالد محمود جنجوعہ

موسم کی تبدیلی کے منفی اثرات کو زائل کرنے کیلئے انسانی جسم میں معدنی مرکبات کی کمی نہیں ہونی چاہیے جس میں سلینیم' کاپر' زنک' میگانیز سرفہرست ہیں۔ وٹامنز میں وٹامن ای' اے اور وٹامن سی موسمی تبدیلی کے منفی اثرات کو ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں

انسان دنیا کے ہر خطہ میں موجود ہے جس میں برفانی علاقوں سے لے کر گرم ترین علاقے شامل ہیں۔ کچھ علاقے ایسے ہیں جہاں انسان کا قیام کرنا مشکل ہے۔ لہٰذا تھوڑے وقت کیلئے لوگ وہاں جاتے ہیں۔ انسانی جسم ماحول کے مطابق اپنے آپ کو ڈھالنے کی خوبی رکھتا ہے اور جسم پر سردی اور گرمی کے اثرات کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ پاکستان میں درجہ حرارت میں فرق کافی پایا جاتا ہے جو کہ گرمیوں میں 50 ڈگری سینٹی گریڈ تک پہنچ جاتا ہے اور سردیوں میں دس درجہ سینٹی گریڈ تک آجاتا ہے۔ 40 ڈگری سینٹی گریڈ کا فرق انسانی جسم پر کافی مضراثرات مرتب کرسکتا ہے اور ان مضراثرات کو زائل کرنے اور موسم کی مطابقت کے لحاظ سے خوراک اور جسم کو ڈھانپنے لباس اور اس کے ساتھ کچھ احتیاطی تدابیر کا اختیار کرنا نہایت ضروری ہے اگر احتیاطی تدابیر اختیار نہ کی جائیں تو انسان کے جسم میں نائٹروجن کا عدم توازن منفی توانائی اور جسم میں پانی کی کمی جیسی بیماریوں سے واسطہ پڑسکتا ہے اور اس کے ساتھ جسمانی درجہ حرارت کو قائم رکھنا' چکنائی کا ہضم نہ ہونا' اساسی وتیزابی تبدیلی' دھاتی آئنز ز کا توازن' عضلات کے گائی گوجن کے ذخیرہ میں کمی' عضلات واعصاب کی حرکت کا کام کرنے کی صلاحیتوں کا ختم ہوجانا کی تبدیلیاں جسم میں وقوع پذیر ہوجاتی ہیں جو مختلف عوارض کا باعث بنتی ہیں۔

موسم کی تبدیلی کے منفی اثرات کو زائل کرنے کیلئے انسانی جسم میں معدنی مرکبات کی کمی نہیں ہونی چاہیے جس میں سلینیم' کاپر' زنک' میگانیز سرفہرست ہیں۔ وٹامنز میں وٹامن ای' اے اور وٹامن سی موسمی تبدیلی کے منفی اثرات کو ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ آیئے دیکھئے خوراک میں کونسی ایسی چیزیں ہیں جن میں مندرجہ بالا معدنیات اور وٹامنز شامل ہیں۔

سلینیم: لہسن۔ **کاپر:** چنے۔ **زنک:** مٹر' مچھلی دودھ۔ **وٹامن ای:** تل' وٹامن اے: گاجر۔ **وٹامن سی:** مالٹا' کینو' گریپ فروٹ۔ خداتعالیٰ کی شان دیکھئے کہ یہ تمام اشیاء سردیوں میں وافر مقدار میں میسر آتی ہیں اگر پرانی روایات کو دیکھا جائے تو اس خطہ میں سردیوں کی آمد کے ساتھ چکنائی کا استعمال بڑھ جاتا تھا۔ لوگوں میں مختلف اقسام کے حلوے جس میں چنوں کا حلوہ' سوہن حلوہ' ماش کی دال کا حلوہ' انڈوں کا حلوہ' گاجروں کا حلوہ' مغزیات والا گڑ' مونگ پھلی' اخروٹ' بادام' شہد' چلغوزہ وغیرہ کا استعمال بھی بڑھ جاتا تھا۔ اگر طبی نقطہ نظر سے دیکھا جائے تو مونگ پھلی میں لحمیات کی ایک بڑی مقدار موجود ہے جو انسانی جسم کے اندر ہائیڈروجن کے توازن کو برقرار رکھ سکتی ہے۔ مغزیات مختلف معدنیات کا ذخیرہ ہیں۔ جیسے کہ تل کے ایک سو گرام میں تقریباً 1.5 گرام کے قریب کیلشیم پایا جاتا ہے۔ یہ معدنیات آئنز ز کے توازن کو برقرار رکھنے میں قابل ذکر کردار سرانجام دیتی ہیں جسم کے درجہ حرارت کو قائم رکھنے کیلئے قدرت نے جسم میں ایسے عوامل پیدا کیے ہیں جو ماحول کی مطابقت کے مطابق جسم کو درجہ حرارت مہیا کرتے ہیں۔ لہٰذا سردیوں میں سردی کی وجہ سے نظام انہضام کے ساتھ دوسرے نظاموں میں بھی تیزی آجاتی ہے کیونکہ جسم کا درجہ حرارت قائم رکھنے کیلئے توانائی کی ضرورت ہوتی ہے اور جسمانی درجہ حرارت کو قائم رکھنے کیلئے خوراک ہی ایک ایسا عنصر ہے جو اہم کردار ادا کرتا ہے۔

انسانی لباس بھی جسم کو گرم رکھنے میں یعنی جسمانی حرارت کو زائل ہونے میں کمی کرتا ہے۔ لہٰذا سردیوں میں گرم (اون) اور موٹے سوتی کپڑوں کا استعمال بڑھ جاتا ہے۔ گھروں کو گرم رکھا جاتا ہے۔ لیکن بدقسمتی سے ہمارے لوگ خوراک کے بارے میں زیادہ باشعور نہیں ہیں۔ لہٰذا اس غفلت کی وجہ سے سردیوں میں نزلہ' فلو' زکام' کھانسی' نمونیا' جسمانی خشکی' ہاتھ پاؤں کا پھٹ جانا اور سوزش کا ظاہر ہونا' دردوں کے امراض کا بڑھ جانا شامل ہے۔ آیئے! ہم دیکھتے ہیں کہ ان امراض کی کیا وجوہات ہیں۔

انسان اس وقت کسی مرض میں مبتلا ہوتا ہے جب اس کا قوت مدافعت کا نظام کمزور ہوجاتا ہے جس کے ساتھ ساتھ جسمانی طور پر تیزابی اساسی توازن بگڑ جاتا ہے اور آئنز ز کا توازن برقرار نہیں رہتا۔

سردیوں میں خاص کر خواتین میں فولاد کی کمی واقع ہوجاتی ہے جس کیلئے فولادی گولیوں کا استعمال ضروری ہے کیونکہ یہ جسم میں حرارت پیدا کرنے میں کافی اہم کردار ادا کرتا ہے۔

سردیوں کے موسم میں وٹامن سی کے ساتھ اکسیر البدن ایک دوسرے کی افادیت کو دوگنا کردیتے ہیں۔

انسانی جسم میں زنک کی کمی کی وجہ سے جلد پر خشکی کے آثار نمایاں ہوجاتے ہیں اور نزلہ وزکام بھی زنک کی کمی کی طرف اشارہ کرتا ہے اور اس کے علاوہ انسانی جسم کا قوت مدافعت کا انحصار بھی زیادہ تر زنک پر ہی ہے۔

جڑی بوٹیوں پر مبنی چائے اور جوشاندے

روس میں سائبیریا کی شدید سردی میں ایک خاص بوٹی کا جوشاندہ جس کو ایلوتھروکوکس سن ٹی کوسس کہتے ہیں جس کو روسی جن سنگ کے نام سے منسوب کرتے ہیں۔ فیکٹری ورکروں کو پلایا جاتا ہے جس سے وہ سردی کے موسم میں بھی باآسانی اپنا کام سرانجام دے سکتے ہیں اور فیکٹری ورکروں کی تعداد سردیوں میں کم نہیں ہوتی۔ ورنہ اس کے بغیر تقریباً اسی فیصد لیبر سردیوں میں کسی نہ کسی مرض میں مبتلا ہوکر چھٹی لینے پر مجبور ہوجاتی تھی۔

ہمارے ہاں استعمال ہونے والی چائے بھی اسی وجہ سے مقبول ہوئی کہ یہ وقتی طور پر انسان کے جسمانی نظاموں کو تیز کردیتی ہے اور محرک کے طور پر کام کرتی ہے۔

میتھروں کا جوشاندہ سردیوں میں بہترین ٹانک ہے اور سردی کے اثرات سے بچاتا ہے۔

شہد اور پانی ملا کر پکا کر پینے سے انسان سردی کے اثرات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ بچوں کو سوتے وقت شہد دینا ان کو نمونیا وغیرہ سے دور رکھتا ہے۔

کھجوروں کا سردیوں میں استعمال سردی کے منفی اثرات کو کم کرنے میں کافی مدد دیتا ہے۔

بادیاں خطائی والی چائے کشمیری قبیلوں میں سردیوں میں بڑے شوق سے پی جاتی ہے۔ بہترین ٹانک ہے۔

سردیوں کے موسم میں بدن پر خشکی ظاہر ہونا شروع ہوجاتی ہے۔ گلیسرین اور عرق گلاب خالص کا آمیزہ جسم پر مالش کرنے سے خشکی ختم ہوجاتی ہے اگر روغن خشخاش کا استعمال کرلیا جائے تو یہ نہایت مفید ہے اور نمی قائم رکھنے والی بازار میں بکنے والی قیمتی کریم سے ہزار درجہ بہتر اور سستا ہے۔ ویزلین' جست اوکسائڈ اور روغن خشخاش کا مرکب جلد کیلئے بے حد مفید ہے۔

عام طور پر یہ شکایت ہوتی ہے کہ مونگ پھلی کھانے سے بلغم ہوجاتی ہے۔ اچھی بھنی ہوئی مونگ پھلی بلغم پیدا نہیں کرتی اس کے ساتھ گڑ کا استعمال ضرور کریں۔ سردیوں میں بنفشہ کھانسی کیلئے بہترین دوا ہے۔

عیدالضحیٰ کا خاص الخاص مقبول عمل

جو کوئی عید الاضحیٰ کے دن نماز عید کی ادائیگی کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پانچ پانچ مرتبہ سورۂ الشمس پڑھے تو بفضلِ باری تعالیٰ اس کو حج کا ثواب عطا ہوگا

ذی الحجہ اسلامی سال کا بارھواں مہینہ ہے۔ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا کہ تمام مہینوں کا سردار رمضان المبارک کا مہینہ ہے اور تمام مہینوں میں حرمت والا مہینہ ذی الحجہ ہے۔

وظائف: حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا کہ وقوف عرفہ میں اس دعا سے افضل اور کوئی قول یا عمل نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ اس دعا کو پڑھنے والے کی طرف توجہ فرماتا ہے۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام عرفات میں قبلہ رو ہوکر دعا مانگنے والے کی طرح دونوں دستِ مبارک پھیلا کر تین مرتبہ لبیک فرماتے' پھر ایک سو مرتبہ یہ فرماتے "لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِ وَ يُمِيْتُ بِيَدِهِ الْخَيْرُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ ۔ پھر ایک سو مرتبہ یہ (مبارک کلمات ارشاد) فرماتے۔

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ اَشْهَدُ اَنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ وَ اَنَّ اللّٰهَ قَدْ اَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا ۔ اس کے بعد تین مرتبہ یہ فرماتے اِنَّ اللّٰهَ هُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ ۔ پھر تین مرتبہ سورہ فاتحہ پڑھتے۔ ہر مرتبہ سورۂ فاتحہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم سے شروع فرماتے اور آمین پر ختم کرتے اس کے بعد پھر ایک سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھتے۔ پھر ایک مرتبہ یہ پڑھتے۔ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَى النَّبِيِّ الْاُمِّيِّ وَ رَحْمَةُ اللّٰهِ وَ بَرَكَاتُهٗ. اس کے بعد آپ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم جو چاہتے دعا فرماتے۔ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام ارشاد فرماتے ہیں کہ جو شخص اس طرح دعا کرتا ہے فرشتوں سے اللہ تعالیٰ فرماتا ہے' میرے بندہ کو دیکھو اس نے میرے گھر کی طرف رُخ کیا۔ میری بزرگی بیان کی' تسبیح و تہلیل میں مشغول ہوا اور جو سورۃ مجھے سب سے زیادہ محبوب تھی وہی پڑھی اور میرے رسول پر درُود بھیجا۔ میں تم کو گواہ بناتا ہوں کہ میں نے اس کے عمل کو قبول کیا اس کے اجر کو واجب کر دیا' اس کے گناہ بخش دیئے اور اس نے جو کچھ مانگا میں نے اس کی سفارش قبول کی۔ (غنیۃ الطالبین)

عیدالاضحیٰ کی شب: جو کوئی عیدالاضحیٰ کی شب چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت کے بعد ستر مرتبہ درُودِ پاک پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہوں کی معافی عطا فرمائے گا۔ جو کوئی عیدالاضحیٰ کے دن نمازِ عشاء کے بعد دس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۂ والضحیٰ اور تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد ایک سو مرتبہ استغفار اور ایک سو مرتبہ درُود پاک پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ ثوابِ عظیم حاصل ہو۔ جو کوئی عیدالضحیٰ کی شب بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر مرتبہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیۃ الکرسی اور دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ سلام کے بعد ایک مرتبہ سُبْحَانَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ پڑھے پھر دس مرتبہ سورۂ اخلاص' ایک مرتبہ سورۂ الناس پڑھے تو انشاء اللہ اس کو دس شہیدوں کا ثواب عطا ہوگا اور اللہ تعالیٰ اپنے فضل و کرم سے اسے جنت الفردوس میں جگہ عنایت فرمائے گا۔ **عیدالاضحیٰ کے دن:** جو کوئی عیدالاضحیٰ کے دن نماز عید کی ادائیگی کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پانچ پانچ مرتبہ سورۂ الشمس پڑھے تو بفضلِ باری تعالیٰ اس کو حج کا ثواب عطا ہوگا۔ جو کوئی عیدالاضحیٰ کی نماز کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اعلیٰ ایک مرتبہ پڑھے' دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ والشمس' تیسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ والضحیٰ اور چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ نماز پڑھنے کے بعد اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے تو پروردگار عالم اس کے گناہوں کی معافی فرمائے گا۔ پھر جب عیدگاہ سے نماز پڑھ کر گھر میں آئے تو دو رکعت نفل نماز پڑھے ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۂ الکوثر پڑھے اگر مفلس ہے تو انشاء اللہ تعالیٰ قربانی کرنے کا ثواب حاصل ہوگا۔ عیدالاضحیٰ کے دن جو کوئی ظہر کی نماز کے بعد بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیۃ الکرسی' گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص' گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ الفلق اور گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ والناس پڑھے۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد گیارہ مرتبہ درُودِ پاک پڑھے اور پھر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے تو بفضل باری تعالیٰ اس کو قیامت کے دن آسانی ہوگی۔ اللہ تعالیٰ گناہوں کو معاف فرما دیگا اور نامہ اعمال میں نیکیاں لکھ دے گا۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 11 نومبر بروز جمعہ صبح 11 تا 12 بج کر 21 منٹ تک 16 نومبر بروز بدھ سہ پہر 3 بجکر 11 منٹ سے لیکر 4 بجکر 45 منٹ تک 27 نومبر بروز اتوار مغرب تا عشاء یَا عَظِیْمُ یَا عَلِیُّ یَا قَادِرُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سوفی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آ جائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا رسالہ بہت زبردست ہے اس میں روحانی محفل کے کالم نے میری زندگی کا سب سے بڑا مسئلہ حل کر دیا ہے۔ محترم حکیم صاحب میرے تین بچے ہیں دو بیٹے اور ایک بیٹی۔ تینوں کی عمریں ابھی آٹھ سے لیکر 12 سال تک ہیں۔ لیکن تینوں نہایت ضدی اور بدتمیز تھے جس کی وجہ سے میں بہت پریشان تھی۔ میں نے مسلسل تین ماہ روحانی محفل مکمل توجہ اور یقین کے ساتھ کی اور اللہ سے بچوں کو راہ راست پر لانے کی دعا کی۔ (باقی صفحہ نمبر 13 پر)

شاہ صدرالدین دہلویؒ کے روحانی وظائف

خونی بواسیر بہت تکلیف دہ مرض ہے اس کا علاج کسی باقاعدہ حکیم حاذق اور مستند طبیب سے کرایا جائے اگر بواسیر کی تکلیف حد سے زیادہ بڑھ جائے اور ناقابل برداشت بن جائے تو مریض باوضو یہ کلمات پڑھ کر شہادت کی انگلی پر دم کرے

آسیب کے دفع ہونے کیلئے

جس گھر میں جن یا آسیب کا شبہ ہو یا جن یا آسیب اہل خانہ کو نظر آتا ہو اس گھر میں مندرجہ ذیل کلمات باوضو لکھ کر ہر کمرے میں دروازے کے اوپر لگادے اور کمرے کے اندر دروازے کے بالکل سامنے دیوار پر بھی لگادے۔ انشاءاللہ تعالیٰ جن آسیب اس گھر سے چلے جائیں گے۔وہ کلمات یہ ہیں:

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ. مَاشَآ ءَ اللّٰهُ كَانَ وَمَالَمۡ يَشَاءُ لَمۡ يَكُنۡ وَلَا حَوۡلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الۡعَلِيِّ الۡعَظِيۡمِ o فَاللّٰهُ خَيۡرٌ حَافِظًا وَّهُوَاَرۡحَمُ الرَّاحِمِيۡنَ يَابَدُوۡحُ يَاحَيُّ يَاقَيُّوۡمُ.

جلندر' پھوڑا' سوجن ختم کرنا

اگر کسی کے جلندر ہو' پھوڑا' بدھو یا دنبل ہو اور اس جگہ سوجن آگئی ہو تو باوضو مندرجہ ذیل آیات سات دن تک برابر روزانہ سات مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔انشاءاللہ سات دن میں مرض دور ہوجائے گا۔

بَلآءً حَسَنًا ط اِنَّ اللّٰهَ سَمِيۡعٌ عَلِيۡمٌ o

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ o اَلَمۡ تَرَاِلَى الَّذِيۡنَ خَرَجُوۡا مِنۡ دِيَارِهِمۡ وَهُمۡ اُلُوۡفٌ حَذَرَ الۡمُوۡتِ ص فَقَالَ لَهُمُ اللّٰهُ مُوۡتُوۡا قف (البقرہ 243)

ہر قسم کے درد سے حفاظت

اگر کسی شخص کو سردی کے موسم میں یا برسات میں کوئی پرانا درد تنگ کرتا ہو تو اس سے حفاظت کیلئے بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء باوضو آیات ذیل کو سات بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تمام بدن پر ہاتھ پھیر لے۔انشاءاللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے محفوظ رہے گا۔وہ آیات یہ ہیں:۔

اَلۡحَمۡدُ لِلّٰهِ الَّذِىۡ خَلَقَ السَّمٰوٰتِ وَالۡاَرۡضَ وَجَعَلَ الظُّلُمٰتِ وَالنُّوۡرَ ط ثُمَّ الَّذِيۡنَ كَفَرُوۡا بِرَبِّهِمۡ يَعۡدِلُوۡنَ o (سورۃ الانعام 1)

بڑھاپے میں کم سنائی دینا

اگر کسی آدمی کی سننے کی طاقت کم ہوگئی ہو اور اسے کم سنائی دیتا ہو تو عشاء کی نماز کے بعد 41 بار مندرجہ ذیل آیت باوضو پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تین مرتبہ ہاتھ اپنے چہرے پر اور کانوں پر پھیر لے۔اکتالیس روز بلاناغہ عمل کرنے سے انشاءاللہ تعالیٰ کان کی قوت سماعت بحال ہوجائے گی۔وہ آیت یہ ہے:۔

فَقَضٰهُنَّ سَبۡعَ سَمٰوٰتٍ فِىۡ يَوۡمَيۡنِ وَاَوۡحٰى فِىۡ كُلِّ سَمَآءٍ اَمۡرَهَا ط (حم سجدہ 12)

خونی بواسیر کی تکلیف سے نجات

خونی بواسیر بہت تکلیف دہ مرض ہے اس کا علاج کسی باقاعدہ حکیم حاذق اور مستند طبیب سے کرایا جائے اگر بواسیر کی تکلیف حد سے زیادہ بڑھ جائے اور ناقابل برداشت بن جائے تو مریض باوضو یہ کلمات پڑھ کر شہادت کی انگلی پر دم کرے اور اس انگلی کو پانی کے برتن میں ڈبودے۔انشاءاللہ تعالیٰ بواسیر کی تکلیف سے فوراً آرام آجائے گا اور بے چینی ختم ہوجائے گی۔وہ کلمات یہ ہیں:۔

هُوَ اللّٰهُ الَّذِىۡ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ج اَلۡمَلِكُ الۡقُدُّوۡسُ السَّلٰمُ الۡمُؤۡمِنُ الۡمُهَيۡمِنُ الۡعَزِيۡزُ الۡجَبَّارُ الۡمُتَكَبِّرُ ط سُبۡحٰنَ اللّٰهِ عَمَّا يُشۡرِكُوۡنَ o (حشر، 23)

تشخیص (پہچان) جنات

اگر کسی مریض کی بابت معلوم نہ ہو کہ اس پر سحر کیا ہوا ہے یا جنات کا اثر ہے یہ معلوم کرنے کیلئے مریض کو وضو کرا کے ایک پاک کپڑے پر سامنے بٹھا لیا جائے اور عامل گیارہ مرتبہ باوضو یہ کلمات پڑھ کر مریض پر دم کرے۔ اگر مریض پر جنات' آسیب یا پری کا اثر ہے تو وہ حاضر ہوکر بات کرنے لگیں گے۔اس کے بعد گیارہ بار یَاحَفِيۡظُ پڑھ کر مریض پر دم کرے انشاءاللہ جنات کا اثر فوراً ختم ہوجائے گا اور مریض صحیح حالت میں ہوجائے گا۔

وہ الفاظ جو پڑھ کر مریض پر دم کرنے ہیں یہ ہیں:۔ بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ o يَاحَفِيۡظُ يَاحَفِيۡظُ يَاحَفِيۡظُ يَابَدِيۡعُ يَابَدِيۡعُ يَابَدِيۡعُ يَابَدِيۡعُ الۡعَجَائِبِ يَابَدِيۡعُ.

آسانی کے ساتھ بچہ کی پیدائش

اگر عورت کے بچہ ہونے کا درد ہو لیکن بچہ پیدا ہونے میں دشواری ہو اور عورت سخت تکلیف میں مبتلا ہو تو ایسی صورت میں گُڑ کی تین ڈلی (گڑ کے ٹکڑے) لے اور اول تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین مرتبہ درج ذیل آیت پڑھے اور آخر میں تین بار درود شریف پڑھے اور اس گڑ کی ایک ڈلی پر دم کردے۔اسی طرح بار بار پڑھ کر ایک ایک دلی پر دم کرے اور وہ تینوں ڈلیاں عورت کو کھلادیں۔ اس گڑ کی ڈلیوں کے کھاتے ہی انشاءاللہ تعالیٰ جلد بچہ پیدا ہوجائے گا۔

وہ آیت اور کلمات یہ ہے:۔

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ o فَلۡيَنۡظُرِ الۡاِنۡسَانُ مِمَّ خُلِقَ o خُلِقَ مِنۡ مَّآءٍ دَافِقٍ o يَّخۡرُجُ مِنۡ م بَيۡنَ الصُّلۡبِ وَالتَّرَآئِبِ o يَاحَيُّ يَاقَيُّوۡمُ بِرَحۡمَتِكَ اَسۡتَغِيۡثُ ط (طارق، 4تا 7)

تیسرے دن کے بخار کا خاتمہ

اگر کسی کو تیسرے دن بخار چڑھتا ہو اور درمیان کے ایک دن بخار نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے پاک روئی لے کر سات بار سورۂ فاتحہ باوضو پڑھ کر روئی پر دم کر کے مریض کے دائیں کان میں لگادیں اس کے بعد سورۂ فاتحہ پانچ بار پڑھ کر روئی پر دم کریں اور مریض کے بائیں کان میں لگادیں۔انشاءاللہ تعالیٰ بخار ختم ہوجائے گا۔

پھلوں کے رس اور ان کے فوائد

ڈاکٹر امان اللہ بسمل

پھلوں میں زیادہ حصہ پانی ہوتا ہے۔تمام پھلوں میں چکنائی بھی ہوتی ہے اور بعض میں شکر اور نشاستہ یہ طاقت کیلئے بہت مفید ہیں جو شکر ہمیں پھلوں سے میسر آتی ہے وہ دوسری اقسام کی شکر کے مقابلے میں زیادہ لذیذ اور زود ہضم ہوتی ہے اور خاص طور پر جسم کو حرارت اور قوت دیتی ہے

ہم جب بھی بیمار پڑتے ہیں بیماری سے چھٹکارا حاصل کرنے کیلئے دوا کا سہارا لیتے ہیں۔ہم روزمرہ زندگی میں کھانے کی جو چیزیں استعمال کرتے ہیں ان میں سے بیشتر اشیاء اپنی علیحدہ علیحدہ طبی خاصیت رکھتی ہیں جب بھی ہماری جسمانی صحت بگڑتی ہے تو اس کی بحالی کیلئے بہتر اور عمدہ غذا کا استعمال انتہائی مفید ثابت ہوتا ہے اگر کسی بیمار کو مناسب غذا اور پھل استعمال کروائے جائیں تو یہ علاج سے کم نہیں ہے۔بعض روز مرہ استعمال میں آنے والی سبزیاں اور پھل اپنے اندر شفا بخش قوت رکھتے ہیں اور اگر انہی کے ذریعے نحیف اور کمزور افراد کو طاقت مہیا کی جائے تو یہ انتہائی مناسب طریقہ ہے۔شیریں پھل ہمارے لیے قدرت کی طرف سے من وسلویٰ ہیں کیونکہ ان میں اور دوسری قسم کے پھلوں میں جو سورج کی حرارت سے پکتے ہیں شکر اور دوسرے طاقتور اجزا پائے جاتے ہیں جو مریض کو شفاء اور کمزوروں میں قوت پیدا کرتے ہیں۔

پھل زود ہضم ہیں: مختلف قسم کے پھلوں کے ہضم ہونے میں مختلف وقت درکار ہوتا ہے۔کچھ پھل جلد اور کچھ دیر سے لیکن عام طور پر پھل زود ہضم بھی ہوتے ہیں اگر پھل خوب اچھی طرح سے پکے ہوئے ہوں اور انہیں خوب چبا کر کھایا جائے تو اعضاء ہضم کو ان کے ہضم کرنے میں دقت نہیں ہوتی۔ پھلوں کا رس جلد ہضم ہو جاتا ہے اور رگ وریشہ میں فوراً پہنچتا ہے۔ان میں پانی کے علاوہ شکر' ترشی اور نمک تینوں طاقت بخش چیزیں موجود ہیں لہٰذا پھلوں کا ہضم ہونا اس غذا پر منحصر ہے جو ان کے ہمراہ کھائی جاتی ہے۔بعض لوگ دودھ اور ترش پھلوں کو ایک ساتھ ہی کھا جاتے ہیں اس بے ربط استعمال سے عموماً تکلیف ہو جاتی ہے۔ یہ بھی دیکھنے میں آتا ہے کہ لوگ پھلوں اور ترکاریوں کو ایک ساتھ ہی کھاتے ہیں جبکہ ایسا کرنا غلط ہے کیونکہ اس سے بھی کسی نہ کسی تکلیف کے پیدا ہونے کا احتمال ہوتا ہے جب پیٹ بھر کر کسی سبزی کا استعمال کر بیٹھے ہوں اور اوپر سے پھل کھانا شروع کر دیں تو یہ بھی ٹھیک نہیں بلکہ مناسب وقفہ کے بعد پھل وغیرہ کا استعمال کریں۔ روٹی اور اناج سے بنی ہوئی غذا کے ساتھ پھلوں کا استعمال خواہ پھل کتنے ہی تازہ اور پکے ہوئے کیوں نہ ہوں مناسب نہیں ہے کیونکہ اس سے نظام انہضام متاثر ہوتا ہے یا بدہضمی' قولنج اور اسہال وغیرہ کی شکایت پیدا ہو سکتی ہے۔

پھلوں کی تاثیر: پھلوں میں زیادہ حصہ پانی ہوتا ہے۔تمام پھلوں میں چکنائی بھی ہوتی ہے اور بعض میں شکر اور نشاستہ یہ طاقت کیلئے بہت مفید ہیں جو شکر ہمیں پھلوں سے میسر آتی ہے وہ دوسری اقسام کی شکر کے مقابلے میں زیادہ لذیذ اور زود ہضم ہوتی ہے اور خاص طور پر جسم کو حرارت اور قوت دیتی ہے۔ پھلوں میں نمک اور ترشی کے علاوہ سب سے زیادہ طاقت بخش چیز فاسفورس بھی موجود ہوتا ہے جو لوگ خرابی خون کی بیماری کے باعث کمی خون کا شکار ہو جاتے ہیں ان کیلئے پھلوں کا نمک بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ان میں جو ترشی پائی جاتی ہے وہ خوشگوار اور مفرح ہوتی ہے۔پھلوں کی ترشی کیسی بھی ہو نقصان دہ نہیں ہوتی بلکہ فائدہ مند ہی ہوتی ہے۔

پھلوں کا رس: پھلوں کے رس کا استعمال مریض اور صحت مند دونوں کیلئے یکساں مفید ہے۔آج کے ماڈرن دور میں ہم ہر پھل کا رس بآسانی گھر پر تیار کر سکتے ہیں۔جن پھلوں کی خاصیت سرد ہوتی ہے وہ جسم کو ٹھنڈک اور سکون بخشتے ہیں بخار میں مبتلا شخص کو اس کا استعمال کرایا جائے تو مریض جلد صحت یاب ہو جاتا ہے۔جب بخار کی وجہ سے مریض کے جسم کی جلد خشک ہو' ہونٹ خشک ہو کر ان پر چھلکے بن گئے ہوں بدن گرم ہو تو ایسی حالت میں پھلوں کے رس کا استعمال بکثرت کرانا چاہیے۔اس سے بخار کم ہو جاتا ہے اور مریض میں توانائی بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ نارنگی کا رس زود ہضم ہوتا ہے۔انناس' انار' گاجر' چیری' رس بھری' سیب اور اس قسم کے دیگر پھلوں کا تازہ رس مفرح اور طاقت بخش ہوتا ہے۔

معدہ اور جگر پر اثر: کوئی شخص بدہضمی میں مبتلا ہو تو ایسے مریض کو تازہ پھلوں کے رس کا استعمال پندرہ بیس روز تک مسلسل کرانا چاہیے اس سے یقینی طور پر بدہضمی کی شکایت جاتی رہتی ہے۔ یوں سمجھئے کہ معدہ میں بھی ایک رس ہوتا ہے جس کے ذریعے سے کھانا ہضم ہوتا ہے اگر مریض کو پھلوں کے رس استعمال کروائے جائیں تو معدے میں پہلے سے موجود رس میں پیدا شدہ خرابیاں بھی دور ہو جاتی ہیں۔ جو لوگ شکایت کرتے ہیں کہ ان کا جگر خراب ہے ان کو چاہیے کہ پھلوں کا استعمال کثرت سے کریں۔

معاشرہ کی تعمیر میں عورت کی اہمیت

ابلیس کے نزدیک وہ شیطان بڑا قرار پاتا ہے جس نے سب سے بڑا فتنہ پیدا کیا

حضرت جابر بن عبداللہ کہتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ کہتے سنا۔ابلیس کا تخت سمندر کے اوپر ہے اور وہ اپنے دستے بھیجتا ہے تو وہ انسانوں کو گمراہ کرتے ہیں۔ابلیس کے نزدیک وہ شیطان بڑا قرار پاتا ہے جس نے سب سے بڑا فتنہ پیدا کیا ہو تو شیطانوں میں سے ایک آتا ہے اور کہتا ہے کہ میں نے ایسا اور ایسا کیا۔شیطانوں کا سردار ابلیس کہتا ہے کہ تم نے کچھ نہیں کیا۔ پھر ان میں ایک آتا ہے اور کہتا ہے کہ میں ایک مرد اور ایک عورت کے پیچھے لگا رہا یہاں تک کہ میں نے دونوں کے درمیان جدائی ڈال دی۔ابلیس اس کو اپنے قریب کرتا ہے اور اس کو لپٹا لیتا ہے اور کہتا ہے کہ ہاں تم نے کیا۔

یہ حدیث بتاتی ہے کہ انسانی معاشرہ میں بگاڑ پیدا کرنے کیلئے شیطان کا سب سے بڑا ہتھیار کیا ہے وہ ہتھیار یہ ہے کہ وہ مرد اور عورت کے درمیان جھگڑے کھڑے کرے اور دونوں کو ایک دوسرے سے دور کر دے۔قدیم زمانہ میں یہ فتنہ بہت محدود پیمانہ پر پیدا ہوتا تھا یعنی ایک میاں بیوی یا ایک گھر اس فتنہ کا شکار ہوتا تھا مگر موجودہ زمانے میں نئے نئے نظریات نے پوری نسل انسانی کو اس فتنہ میں ڈال دیا ہے۔موجودہ زمانہ میں عورتوں کی مصنوعی آزادی اور غیر فطری مساوات کا ذہن اتنے پیمانہ پر بنایا گیا ہے کہ قوموں کی قومیں اس سے متاثر ہو کر رہ گئی ہے۔

اسی کا یہ نتیجہ ہے کہ موجودہ زمانہ میں شادی شدہ زندگی کو برا سمجھا جاتا ہے۔جدید ترقی یافتہ سماج میں مردوں اور عورتوں کا یہ حال ہے کہ وہ معمولی معمولی باتوں پر طلاق لے لیتے ہیں اس کی وجہ سے گھر اجڑتے ہیں۔ بچے اپنے ماں باپ سے چھوٹ کر مجرمین کے گروہ میں شامل ہو جاتے ہیں۔جنسی بے راہ روی کی بنا پر طرح طرح کی مہلک بیماریاں پیدا ہو رہی ہیں۔خاندانی بندھن کا پابند نہ ہونے کا مزاج موجودہ زمانہ میں بہت بڑے پیمانہ پر پیدا ہوا ہے اور وہ بلاشبہ موجودہ زمانہ کا سب سے بڑا مسئلہ ہے۔گھر کے بگڑنے سے پورا معاشرہ بگڑتا ہے اور معاشرہ بگڑنے سے پوری قوم بگڑ جاتی ہے۔ (صفحہ 100)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

اولاد کی شدید خواہش ☆ ٹانگیں سن ہوجاتی ہیں ☆ کان بہتے ہیں ☆ بال گر رہے ہیں ☆ کمزور جسم

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

کان بہتے ہیں

میری عمر ساٹھ سال ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرے دونوں کان بہتے ہیں۔ ایک کان تو اس وقت سے بہہ رہا ہے جب میری عمر تین سال تھی۔ والدہ بتاتی ہیں کہ خسرہ نکلا تھا تو یہ کان خراب ہوا تھا۔ دوسرا کان تقریباً 15 سال سے خراب ہے نہ تو کانوں میں کوئی تکلیف ہوتی ہے اور نہ ہی کوئی درد وغیرہ ہوتا ہے۔ بس دو چار دن کانوں میں پیپ آجاتی ہے پھر کوئی دوائی کھانے یا قطروں کی دوائی سے کان خشک ہوجاتے ہیں۔ ایک مہینہ یا زیادہ سے زیادہ دو مہینے تک یہ خشک رہتے ہیں پھر پیپ نکلنا شروع ہوجاتی ہے جو دو چار دن نکل کر پھر بند ہوجاتی ہے بس یہی سلسلہ کافی عرصہ سے چل رہا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ دونوں کانوں کے پردوں میں سوراخ ہوگیا ہے۔ **(اے زیڈ' حیدرآباد)**

مشورہ: دو عدد خشک انجیر رات کو ایک لیٹر پانی میں بھگودیں۔ صبح کو جوش دیں جب ساتواں حصہ پانی رہ جائے تو اتار کر ٹھنڈا کرکے انجیر کھالیں اور پانی پی لیں' سات دن کے بعد دوبارہ مطلع کریں' انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

دائمی زکام

میرے سر سے نزلہ حلق میں گرتا ہے۔ ناک بند نہیں ہوتی۔ سانس ناک کے ذریعے لیتی رہتی ہوں۔ نزلہ گرنے سے حلق میں کانٹے سے چبھتے محسوس ہوتے ہیں اس کی وجہ سے میرے سر کے بال گر رہے ہیں اور قبل از وقت سفید ہونا شروع ہوگئے ہیں۔ ٹھنڈی اور ترش اشیاء بالکل نہیں کھاسکتی۔ ہروقت دماغ پر ایک بوجھ اور ٹانگیں بے جان سی محسوس ہوتی ہیں۔ ایک نجی سکول میں بچوں کو پڑھاتی ہوں جس کی وجہ سے بہت دشواری ہوتی ہے۔ **(بنت حنا' قصور)**

خط نمبر 2

میری عمر 25 سال ہے' مجھے نزلہ زکام رہتا ہے' ہر وقت ناک بہتی رہتی ہے اور چھینکیں بھی آتی رہتی ہیں' وضو کرتے وقت جب ناک میں پانی ڈالوں تو بہت تکلیف ہوتی ہے جلن کی وجہ سے ناک میں پانی نہیں ڈالتی۔ چھینکیں اتنے زور سے آتی ہیں کہ بعض اوقات پیشاب نکل جاتا ہے۔ میری آنکھوں کے گرد حلقے بھی بہت گہرے ہیں۔ اسطوخودوس دار چینی اور لونگ کے ساتھ استعمال کیا' کوئی فرق نہیں پڑا' مہربانی کرکے کوئی اچھا سا حل بتائیں۔ **(ساجدہ' مکران)**

مشورہ: آپ حضرات بنفشی قہوہ اور شفائے حیرت سیرت کا کچھ عرصہ پابندی سے لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ غذا میں صرف بھنا ہوا بکرے کا گوشت اور روٹی کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

بال گر رہے ہیں

میری عمر 15 سال ہے تین ماہ پہلے مجھے بخار ہوا جو تقریباً ڈیڑھ مہینہ رہا جس کے بعد مجھے دماغی ملیریا ہوگیا اور اب تقریباً ڈیڑھ مہینہ ہوگیا ہے۔ میرے سر کے بال گر رہے ہیں۔ **(محمد علی' بہاولپور)**

مشورہ: اکسیر البدن اور جوہر شفاء مدینہ استعمال کریں غذا میں ہر قسم کا گوشت پکا کر' بھون کر کھائیں۔ چاول' دودھ' دہی' لسی' کولڈ ڈرنک ہر قسم کا شربت' تازہ پھل سبزیاں' سرد پانی فی الحال استعمال نہ کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

کمزور جسم

میری عمر 28 سال ہے۔ بچپن کی غلطیوں کی وجہ سے میرا جسم ہڈیوں کا ڈھانچہ ہے۔ گال پچکے ہوئے ہیں' جتنی بھی اچھی غذا کھاؤں جزو بدن نہیں بنتی۔ آپ نے ایک صاحب کو نوجوان روگ کورس استعمال کرنے کا مشورہ دیا تھا۔ کیا میں بھی نوجوان روگ کورس استعمال کرسکتا ہوں۔ میں نے اپنا تمام احوال تفصیلاً خط میں لکھ دیا ہے مہربانی فرما کر میرے لیے کوئی دوا تجویز کریں۔ جو میرے جسم پر گوشت لے آئے اور چہرہ ٹھیک کردے۔ **(وسیم احمد' راولپنڈی)**

مشورہ: آپ نے اپنی بیماری کا بڑی تفصیل سے احوال بیان کیا جو کہ اچھی بات ہے۔ آپ بھی "نوجوان روگ کورس" استعمال کریں۔ اصلی گھی میں بکرے کا عمدہ گوشت بھون کر کھائیں۔ اصلی خالص شہد کھائیں۔ باداموں کا حریرہ دیسی گھی خالص میں بنا کر کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ٹانگیں سن ہوجاتی ہیں

سردیوں میں میری ٹانگیں سن ہوجاتی ہیں۔ درد کی ایک لہر سی اٹھتی ہے' رات کو کئی مرتبہ چونک کر جاگ جاتی ہوں۔ اب تو دن کو بھی سوتے میں یہی تکلیف ہوجاتی ہے۔ بار بار آنکھ کھل جاتی ہے۔ بڑی پریشانی ہے۔ ڈاکٹروں نے جوس' دودھ' سبزیاں کھانے میں بتائی ہیں جن پر سختی سے عمل کررہی ہوں۔ **(ہانیہ' لاہور)**

مشورہ: چاول' تازہ پھل' جوس' سبزیاں' دودھ' کولڈ ڈرنگ' شربت' دہی' لسی کا استعمال بند کردیں۔ بکرے کا گوشت بھنا ہوا یا بہتر ہے کہ عمدہ قسم کا قورمہ بنا کر پھلکا چپاتی سے کھائیں۔ عمدہ قسم کی موٹے سر والی لونگ دس گرام' دار چینی بیس گرام' جائفل کا مغز تیس گرام کا سفوف بنا کر خشک شیشی میں محفوظ کرلیں اور ایک دو چٹکی غذا کے بعد پانی سے کھائیں۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ دو گھنٹے کی واک بھی ضروری ہے۔ ایک گھنٹہ صبح ایک گھنٹہ شام واک کریں۔ شروع میں قدم نارمل اٹھائیں پھر لمبے لمبے قدم بتدریج تیز تیز اٹھائیں۔ وقت شروع میں دس پندرہ منٹ یا حسب برداشت کم زیادہ کرلیں پھر تھوڑا تھوڑا بڑھا کر گھنٹہ تک کردیں۔ یہ کیفیت کسی شدید مرض کا پیش خیمہ بھی ہوسکتی ہے۔

ناخوشگوار بو

میری عمر 27 سال ہے' غیر شادی شدہ ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ تقریباً دو سال سے میرے منہ سے سانس کے ساتھ نہایت تیز ناخوشگوار بو آرہی ہے۔ دانتوں یا مسوڑھوں کا بھی کوئی مسئلہ نہیں۔ زبان پر سفید تہہ سی جمی رہتی ہے۔ معدہ کی حالت یہ ہے کہ صبح اٹھنے کے کافی دیر بعد اجابت ہوتی ہے اور جب ہوتی ہے نامکمل یعنی ایک ہی مرتبہ میں معدہ خالی نہیں ہوپاتا جس کی وجہ سے ناشتہ کرتے ہی دوبارہ اجابت محسوس ہوتی ہے اور بیت الخلاء جانا پڑتا ہے۔ بھوک کبھی کم اور کبھی ٹھیک

لگتی ہے۔ اچھی اور مقوی غذا کھانے کے باوجود کمزور سا ہوں۔ گیس یا کھٹی ڈکاروں کا مسئلہ نہیں البتہ بعض اوقات سخت اجابت ہوتی ہے اور صبح بیدار ہونے کے بعد سے لیکر رات بستر پر جانے تک پورے دن میں تین مرتبہ ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ کبھی گھی یا مکھن کھانے کے فوری بعد بھی اجابت محسوس ہوتی ہے۔ کوئی آسان' سستا نسخہ اور پرہیز بتادیجئے۔ **(ث' ملتان)**

مشورہ: اسپغول کی بھوسی آدھی چائے کی چمچی ایک کپ پانی میں حل کرکے صبح وشام پی لیں۔ غذا میں سبزیاں اور پھل کھائیں۔ کھٹائی' مرچ اور گرم مصالحے سے پرہیز کریں۔ سات دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ نزلہ زکام بلڈ پریشر کے بارے میں بھی لکھیں۔ کسی چیز کے کھانے سے معدے میں جلن ہوتی ہو تو ضرور لکھیں۔ آڑو غذا کے بعد کھائیں یہ خاص طور پر مفید ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

اولاد کی شدید خواہش

میری شادی کو اڑھائی سال ہوگئے ہیں اور ابھی تک بے اولاد ہوں مجھے اور میرے شوہر کو اولاد کی شدید خواہش ہے۔ میرے اور میرے شوہر کے تمام ٹیسٹ ہو چکے ہیں لیکن ڈاکٹر کہتے ہیں کہ آپ لوگ فٹ ہیں اور کوئی خرابی نہیں ہے۔ جب کوئی مسئلہ نہیں ہے تو کبھی بھی کوئی امید کیوں نہیں ہوئی۔ میں اپنی اور اپنے شوہر کی رپورٹس کی کاپی بھی بھیج رہی ہوں امید ہے کہ آپ کوئی علاج تجویز فرمائیں گے کیا بانجھ پن کا نسخہ میں استعمال کرسکتی ہوں اولاد نہ ہونے کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں براہ مہربانی میرے سوال کا جواب ضرور دیں مجھے شدت سے انتظار رہے گا میری گود ہری ہو۔ **(مسز سہیل' جہلم)**

مشورہ: آپ کے شوہر کی رپورٹ نارمل نہیں ہے۔ میرے رائے میں ان کو علاج کی ضرورت ہے۔ ان کے شوگر لیول پر بھی توجہ دیں۔ شوہر کو ''بے اولادی کورس'' کچھ عرصہ استعمال کروائیں۔

خون کا سرطان

میرے شوہر کی عمر تقریباً پچاس سال ہے۔ انہیں تقریباً گزشتہ پانچ سال سے خون کے سرطان کا مہلک مرض لاحق ہے۔ ان کے جسم میں خون کے سرخ خلیات کم بنتے ہیں اور سفید خلیات بہت زیادہ بنتے ہیں جس کی وجہ سے وہ اب کسی قسم کا کوئی کام کرنے کے قابل نہیں رہے ہیں۔ علاج پر کافی رقم صرف کی ہے' لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا ہے۔ ہر چند ماہ بعد انہیں خون کی کئی بوتلیں دینے کی ضرورت پڑتی ہے۔ گھر کی کفالت اور علاج کا بوجھ میں نے اپنے ناتواں کندھوں پر اٹھایا ہوا ہے۔ ازراہ کرم اس کا کوئی علاج یا بہتر تدبیر تجویز فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی عمر دراز کرے اور آپ کے ہاتھوں میں مزید شفاء دے۔ (آمین) **(بیگم اختر' اسلام آباد)**

مشورہ: مجھے اندازہ نہیں ہے کہ ان کا علاج کس انداز سے ہو رہا ہے' یہ تو طے شدہ امر لگتا ہے کہ آپ کے شوہر کی تلی بڑھی ہوئی ہے اور شاید وہ زیادہ مستعد (اووراایکٹو) بھی ہے اور خون کے سرخ ذرات کو ضائع کررہی ہے۔ آخر یہ کیوں مناسب نہیں ہے کہ تلی کو آپریشن کرکے نکال دیا جائے۔ ماہرین سے اس عنوان پر مشورہ کرنا چاہیے۔ اگر تلی کے امتحانات نہیں ہوئے ہیں تو ریڈیوآئسوٹوپ ڈویژن میں یہ امتحانات کرنے چاہئیں اور دیکھنا چاہیے کہ تلی خون کے سرخ دانوں کو کتنی مدت میں ضائع کررہی ہے۔ میری رائے ہے کہ آپ کے شوہر کا صحیح تر علاج ان کی تلی آپریشن کرکے خارج کردینا ہے۔

چہرے پر دانے

تین سال سے میرے چہرے پر دانے نکل رہے ہیں جب یہ دانے نکلتے ہیں تو شروع میں سرخ دھبہ نمودار ہوتا ہے' جو دو چار روز بعد دانے کی شکل اختیار کرلیتا ہے۔ اس کو دبانے سے پیپ اور کبھی کبھی خون بھی نکلتا ہے' جو بعد میں اپنا نشان چھوڑ جاتا ہے' جس میں شدید تکلیف ہوتی ہے۔ **(حمیدہ بی بی' حیدرآباد)**

مشورہ: آپ رات کو سات دانے عناب پانی میں بھگودیں۔ صبح نہار منہ سورج طلوع ہونے سے قبل عناب نچوڑ کر پانی پی لیں۔ یہ علاج چالیس روز تک جاری رکھیں۔ اس کے ساتھ ساتھ سرخ مرچ' گرم مصالحے' انڈے اور گوشت سے پرہیز کریں۔ صرف دالیں' پھل اور ترکاریاں استعمال کریں۔ آپ ان دانوں کو چھوڑیئے نا اسی کی وجہ سے آپ کے چہرے پر داغ دھبے پڑجاتے ہیں۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

صرف پہلے ماہ کی روحانی محفل کرنے سے ہی میرے بچوں میں زبردست تبدیلی واقع ہوئی اور میرے بچوں میں ضدی پن اور بدتمیزی بالکل ختم ہوگیا ہے۔ میرے بچے میری ہر بات بہت توجہ اور دھیان سے سنتے اور اس پر عمل کرتے ہیں اور ماشاء اللہ اب تو نماز بھی پڑھ رہے ہیں۔ (سلمیٰ ناز' لاہور)

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ) جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

شہر		تاریخ
جہانیاں	درس	بروز ہفتہ مورخہ 14 جنوری 2012
فیصل آباد	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 7,8 جنوری 2012
کراچی	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 28,29 جنوری 2012
اٹک	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 4,5 فروری 2012
بہاولپور	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار 11,12 فروری 2012
مظفرگڑھ	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار 18,19 فروری 2012
پشاور	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار 3,4 مارچ 2012
سکھر	درس	بروز جمعہ' ہفتہ' اتوار مورخہ 16,17,18 مارچ 2012
گجرات	درس	بروز ہفتہ مورخہ 31 مارچ 2012
کوئٹہ	کلینک	بروز پیر' منگل مورخہ 7,8 مئی 2012
باغ آزاد کشمیر	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 26,27 مئی 2012

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بنڈ' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما' سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقیٰ' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

سیدہ فائزہ جعفری

آپ کا حسن مصنوعی اشیاء کا محتاج نہیں

لیموں جس کی پیدائش دنیا کے ہر حصہ میں ہوتی ہے اپنے گونا گوں فوائد کے لحاظ سے قیمتی پھلوں کا بادشاہ ہے مگر ہماری ناقدری کی وجہ سے معمولی سبزی شمار کیا جاتا ہے۔ قدرت نے اس میں سٹرک ایسڈ' کیلشیم' پوٹاشیم' فولاد' فاسفورس اور وٹامنز اے' بی اور بی پیدا فرمائے

قارئین بہنو! اس صفحے میں ہم آپ کو بتائیں گے کہ آپ اپنے حسن کو کیسے روز بروز نکھار اور سنوار سکتی ہیں ہم مختلف طریقوں سے آپ کی خوبصورتی کو چار چاند لگانے کا فن سکھاتے رہیں گے امید ہے آپ کا حسن بھی نکھرے گا اور روپ بھی سنور کر اور دلکش ہوگا تو آیئے دیکھیں کہ اس دفعہ ہم آپ کیلئے کیا خزانہ لائے ہیں۔

لیموں جس کی پیدائش دنیا کے ہر حصہ میں ہوتی ہے' اپنے گونا گوں فوائد کے لحاظ سے قیمتی پھلوں کا بادشاہ ہے مگر ہماری ناقدری کی وجہ سے معمولی سبزی شمار کیا جاتا ہے۔ قدرت نے اس میں سٹرک ایسڈ' کیلشیم' پوٹاشیم' فولاد' فاسفورس اور وٹامنز اے' بی اور سی پیدا فرمائے۔ گوشت بنانے والے نشاستہ دار اور روغنی اجزاء کا اسے نادر مجموعہ بنایا' عقر پانی اور حیات بخش وٹامن سی کا تو یہ خزانہ ہے' اس کا چھلکا' رس اور بیج ہر چیز غذائی اور دوائی اجزاء اپنے اندر سموئے ہوئے ہے۔ پرانے حکماء نے خون صاف کرنے' ہلکی بھاری غذا ہضم کرنے اور پیٹ کی گیس دور کرنے کیلئے اس کی سکنجبین بنا کر استعمال کرنے کا رواج دیا ہوا ہے۔ قے اور متلی دور کرنے کیلئے تو بچہ بچہ اس کے شفائی اثرات کا قائل ہے۔ لیموں قبض کشا ہے اور پیشاب جاری کر کے زہریلے فضلات دور کرنے والا ٹھنڈا پھل ہے۔ اس کے استعمال سے معدہ کی ہاضم رطوبت زیادہ مقدار میں تراوش پاتیں اور چربیلی روغنی نشاستہ دار غذاؤں کے ہضم میں مدد دیتی ہیں' یہ انتڑیوں کی حرکت دودیہ کو تیز کرتا اور ان میں جمے ہوئے فضلات نکال باہر کرتا ہے اس کا بکثرت استعمال انتڑیوں کے کیڑے خارج کر کے ان میں کیڑے پیدا کرنے والی فاسد رطوبت کا خاتمہ کر دیتا ہے' حیاتین ج (سی) کی وافر مقدار ہونے کی وجہ سے یہ دودھ پلانے والی ماؤں اور حاملہ عورتوں کیلئے بہترین زود ہضم غذا ہے۔ بڑھنے اور پھولنے والے بچوں کو عمر کے مطابق پانچ قطرہ سے ساٹھ قطرہ تک رس کا استعمال ہڈیاں مضبوط بناتا' کیلشیم کی ضروری مقدار فراہم کرتا اور پیٹ ہلکا کر کے چستی پیدا کرتا ہے اگر اسے ایک آدھا چھوٹا چمچہ شہد میں ملا کر استعمال کرایا جائے تو بچے موٹے تازے اور دستوں سے محفوظ رہتے اور بآسانی دانت نکال لیتے ہیں۔ جن مریضوں کو نزلہ زکام اور جلدی گلے پھول جاتے ہیں انہیں چند روز گرم قہوہ کی آدھا پیالی میں تھوڑا نمک اور ایک عدد لیموں کا رس ملا کر صبح لگاتار پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔ بچوں کی عمر کے مطابق اس کی مقدار کم کی جاسکتی ہے۔ ایسے مریض اگر اس کے ساتھ خمیرہ گاؤزبان چھ ماشے سے دو تولے تک تھوڑا تھوڑا کر کے چوستے رہیں تو یہ شکایت مستقل جاتی رہتی ہے۔ پیٹ کا بوجھ کم' غذا ہضم اور ہوا سے محفوظ رہنے کیلئے صبح سویرے ایک گلاس پانی میں ایک لیموں کا رس حسب سابق نمک یا کھانڈ ملا کر پلانے سے سارا دن طبیعت ہشاش بشاش رہتی ہے' جب خون میں جوش پیدا ہو کر پھوڑے پھنسیاں نکل آئیں یا خارش تنگ کرنے لگے تو علی الصبح ایک پاؤ سے ایک سیر تک دودھ ایک جوش دے کر ٹھنڈا کیا ہوا کسی برتن میں محفوظ کر کے ایک سے دو بڑے پختہ لیموں لے کر ان کا رس دودھ میں ڈالتے ہی فوراً دودھ پھٹنے سے پہلے پینے سے اور شام کے وقت اطریفل کشنیز کا چھ ماشے سے ڈیڑھ تولہ تک ایک کپ دودھ یا ایک گلاس پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

ہفتہ دو ہفتہ کے استعمال سے خون صاف' پھوڑے پھنسیاں دور اور ہضم درست ہوجاتا ہے۔ دانتوں پر لیموں کا رس ملنے سے میل دور ہو کر دانت موتی جیسے صاف ہوجاتے ہیں۔ مسوڑھوں پر اس کا صبح و شام رس لگانے سے پائیوریا میں کمی اور خون پیپ بند ہوجاتی ہے۔

زیادہ کام کرنے سے ہاتھ پاؤں سخت اور میلے ہوجاتے ہیں عام جلد پر کبھی بھی ملتے رہنے سے رنگ نکھر جاتا ہے۔ اس کا رس ناخنوں پر ملنے سے ان کی سختی اور کھردرا پن نارمل ہوجاتا ہے' اس کا چھلکا انگلیوں کے پوروں پر ملتے رہنے سے ان کا حسن دوبالا اور قدرتی لچک قائم رہتی ہے' پیچش کتنا سخت مرض ہے مگر لیموں میں اس کیلئے بھی شفائی اثرات ہیں۔ لیموں کے ایک سیر پانی میں سونٹھ دانہ الائچی کلاں' پوست آملہ' زیرہ سفید دو چھٹانک ڈال کر برتن کو ڈھک کر دو چار دن میں پانی خشک ہونے پر دھوپ میں سکھا کر چھان کر شیشی میں رکھ لیں پیٹ کی عام بیماریوں کیلئے ایک عمدہ چورن تیار ہے۔ وقت ضرورت ایک سے تین ماشے تک استعمال کریں۔

چہرے کیلئے مختلف اقسام کے مساج

اپنی درمیانی انگلیوں کا درمیانی حصہ استعمال کرتے ہوئے چہرے کے مختلف حصوں کو دبائیں۔ چہرے کے ہر حصے کو تقریباً 20 مرتبہ دبائیں۔ یہ عمل ناک کے برج (بانسا) سے شروع کریں اور اس طرح اوپر کی طرف بڑھتے ہوئے پیشانی تک پہنچ جائیں۔ اس کے بعد اپنے منہ کے کناروں سے شروع ہو کر آنکھوں کے اندرونی کناروں تک مساج کریں۔ آخر میں ٹھوڑی سے شروع کرتے ہوئے چہرے کے کناروں سے ہوتے ہوئے کانوں تک مساج کریں۔

اپنے ہاتھ کی پشت کو استعمال کرتے ہوئے ٹھوڑی کو جلدی جلدی 30 مرتبہ تھپکی دیں۔ اس سے ٹھوڑی سخت ہوتی جائے گی۔ اپنی درمیانی انگلی کی مدد سے پورے چہرے کا آہستہ آہستہ مساج کریں۔ ناک کے بانسے سے شروع ہو کر اوپر بھنوؤں کی طرف جائیں اور پھر واپس آئیں۔ یہ عمل 10 مرتبہ دہرائیں۔ اس کے بعد پھر ناک کے بانسے سے شروع ہو کر پیشانی تک انگلی کی مدد سے مساج کریں اور پھر واپس اپنی جگہ آجائیں یہ عمل بھی 10 مرتبہ دہرائیں۔ اس طرح چہرے کے ہر حصے کا مساج کریں۔

درج بالا مساج کے طریقوں پر مستقل مزاجی سے عمل کرتے ہوئے پھولے ہوئے رخساروں سے نجات حاصل کی جاسکتی ہے۔

روحانی وظائف اور میرے انوکھے تجربات

ثمینہ طارق' گارڈن ٹاؤن لاہور

اللہ نے اپنی شان کریمی دکھائی اور دل چاہا کہ اللہ کے در پر سجدے کے بعد آپ کا شکریہ ادا کروں کہ آپ نے کیا کمال کا وظیفہ دیا ہے کہ ہر کام ابھی صرف 5000 کی تعداد پر ہی بنتا جارہا ہے ابھی تو سوا لاکھ کرنا ہے اللہ انشاء اللہ ہدایت بھی دے گا۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے شوہر بہت محنت کرتے ہیں' دن رات کام میں دل لگا کر' جس کی بھی نوکری کرتے ہیں پوری ایمانداری سے کرتے ہیں مگر کہتے ہیں نماز کیلئے جیسے کوئی میرے ہاتھ پیر باندھ رکھتا ہے' دل چاہتا ہے مگر جسم ساتھ نہیں دیتا' حکیم صاحب میرے شوہر کوئی بھی کام کرتے ہیں شروع میں تو وہ بہت اچھا ہوتا ہے اور جیسے ہی ہم ذرا سٹینڈ لینے لگتے ہیں اچانک کوئی مشکل آجاتی ہے اور سارا کاروبار ٹھپ ہوجاتا ہے اور ہم پھر آسمان سے زمین پر آجاتے ہیں۔ بہرحال ناممکن تو کچھ بھی نہیں' مجھے اللہ کی ذات سے امید ہے اور اعمال پر یقین ہے کہ ایک دن میں ضرور کامیاب ہوجاؤنگی اور وہ نمازی بن جائینگے اور عزت ہوگی اور اللہ اپنے گھر کا دیدار نصیب کرائیں گے' میرے مرد کو بھی اللہ سکون دے گا۔ اس نے اپنے بندے کو ناحق نہیں پیدا کیا وہ آزمائش بھی صبر والوں ہی سے لیتا ہے یہ سب میں آپ ہی سے سنتی ہوں اور ریسرچ میں رہتی ہوں اور مشاہدہ بھی کیا ہے۔ آپ نے مجھے جو وظیفے دیئے تھے ان کی وجہ سے میرے بہت سے کام بہت جلد ہوئے جن میں پہلا وظیفہ: یَا حَلِیْمُ یَا عَلِیْمُ یَا عَلِیُّ یَا عَظِیْمُ تھا جو جلد ہی بدل گیا۔ دوسرا وظیفہ اَللّٰھُمَّ اِنَّکَ مَلِیْکٌ مُّقْتَدِرٌ مَّا تَشَاءُ مِنْ اَمْرٍ یَّکُوْنَ تھا۔ جس کے سوا لاکھ پر اللہ نے مجھے اولاد جیسی نعمت سے نوازا۔ میرے شوہر کو نیا کام ملا۔ ولادت آسانی سے ہوئی۔ جو ہر شفاء مدینہ کی کرامات سامنے آئی۔ سانس پھولنے لگتا تھا' سیڑھیاں نہیں چڑھ سکتی تھی' نماز میں جھک نہیں سکتی تھی' ریڑھ کی ہڈی میں بے حد تکلیف تھی مگر دو مہینے سے یہ تمام بیماریاں اور تکالیف دور ہوگئیں ہیں۔

جب سے بیٹی پیدا ہوئی تو جیسا چاہا ویسا پایا۔ میں نے سوچا کہ نام آپ کی پسند کا ہو اللہ سے دعا کی اور آپ نے نام تجویز کیا بے حد خوشی ہوئی جس کا اندازہ میں آپ کو لکھ کر نہیں بتاسکتی۔ مگر زندگی میں ہمیشہ آزمائش تھی۔ اس لیے پیدائش کے دو سال بعد میرے شوہر گرفتار ہوگئے' پھر تنگیاں' پھر کاروبار ختم' سب کچھ تباہ ہوگیا۔

تیسرا وظیفہ: فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِیْنَ ظَلَمُوْا وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ (سورۂ انعام 45)

اس وظیفہ کی کثرت کی برکت سے میرے شوہر کو رہائی ملی جو کام مہینے سے نہ ہو رہا تھا وہ آٹھ دن میں ہوگیا۔ فقر و فاقہ کی نوبت آگئی تھی' قرضہ پر قرضہ چڑھتا جارہا تھا' اللہ نے اس وقت قرضہ حسنہ دلوادیا اور ان کے والد صاحب جو اپنے بیٹے کو پریشان رکھنے میں مطمئن ہیں' خود تہجد گزار ہیں' تفسیر قرآن ترجمہ پڑھتے ہیں مگر 26-25 سال سے انہوں نے اپنے بیٹے کو پوچھا تک نہیں۔ بہرحال سورۂ انعام کی کثرت کی برکت سے میرے سسر نے باقاعدہ ہماری مدد کی اور اسی وظیفہ کی برکت سے ہمیں جوہر ٹاؤن میں دکان مل گئی۔ کچھ عرصہ تو دکان بہت اچھی چلی' مگر ہائے قسمت 70,80 ہزار کا سامان ڈالنے کے بعد کچھ عرصہ بعد گاہک نہ آتا تھا۔ دو مہینے کے بعد دکان کا کرایہ پڑ گیا تو خالی کرانے کی نوبت آگئی اور خوب ذلت کا سامنا کرنا پڑا اور دکان خالی کردی اور پھر نہایت ہی تنگی اور فاقے شروع ہوگئے۔ پھر آپ کے در پر آئی تو آپ نے بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ والا وظیفہ دیا۔ اس وظیفے کی برکت سے تین ماہ بعد کراچی میں کام ملا۔ حالانکہ میں کراچی میں اپنے شوہر کو بھیجنا نہیں چاہتی تھی۔ مگر حالات ہی اتنے خراب تھے۔ مجھے اس وظیفے اور فائدہ یہ ہوا کہ میں سوچ بھی نہیں سکتی تھی میری ماں کا علاج کراچی میں ہو رہا تھا میرے سب بہن بھائی ملنے چلے گئے لیکن میں نہ جاسکتی تھی کیونکہ کاروبار ہی نہیں تھا۔ پھر اللہ نے کاروبار کے ذریعے سبب بنایا اور میں بھی اپنی والدہ سے ملنے چلی گئی۔ اللہ نے اپنی شان کریمی دکھائی اور دل چاہا کہ اللہ کے در پر سجدے کے بعد آپ کا شکریہ ادا کروں کہ آپ نے کیا کمال کا وظیفہ دیا ہے کہ ہر کام ابھی صرف 5000 کی تعداد پر ہی بنتا جارہا ہے ابھی تو سوا لاکھ کرنا ہے اللہ انشاء اللہ ہدایت بھی دے گا۔ اللہ سے بڑی امید ہے کہ وہ میری ماں کو شفاء کاملہ نصیب فرمائے اور میرے والد کو بے قرضہ اور بے محتاج رکھے اور ان کی بھی دکھ تکلیفیں دور کرکے اپنے گھر کی خوشیاں بہاریں نصیب فرمائے اور میرے حالات بھی مستقل ٹھیک ہوجائیں اللہ ہماری آزمائش بھی ختم کردے اور میرے شوہر کو بھی کاروبار برکت والا نوازے اور ہدایت نصیب کرے۔

فرق کیوں؟؟؟

مولانا وحید الدین خان

میں نے اپنے دل میں سوچا کہ کیسی عجیب بات ہے۔ چاند ہر ملک میں چاند ہے مگر انسان ہر ملک میں انسان نہیں

1971ء کا واقعہ ہے۔ ایک سفر کے دوران میں لاہور میں ایک صاحب کے یہاں ٹھہرا ہوا تھا۔ یہ ایک بڑا دو منزلہ مکان تھا۔ میرے میزبان ایک روز رات کے وقت مجھ کو چھت کے اوپر لے گئے۔ اس وقت پورا چاند آسمان پر چمک رہا تھا اور کھلی فضا میں بہت خوبصورت معلوم ہو رہا تھا۔ ہم لوگ قدرت کے حسین منظر میں کھوئے ہوئے تھے۔ اچانک میرے میزبان نے کہا: ''یہی چاند تو آپ کے ملک میں بھی چمکتا ہوگا۔''

اس کے بعد ہم دونوں خاموش ہوگئے' میں نے اپنے دل میں سوچا کہ کیسی عجیب بات ہے۔ چاند ہر ملک میں چاند ہے مگر انسان ہر ملک میں انسان نہیں۔ ایک شخص اپنے ملک میں وطنی سمجھا جاتا ہے مگر دوسرے ملک میں وہ خارجی بن جاتا ہے۔ چاند کو جس طرح ایک ملک میں خوش آمدید کہا جاتا ہے اسی طرح دوسرے ملک میں بھی۔ سورج ایک ملک کیلئے بھی محبوب ہے اور دوسرے ملک کیلئے بھی۔ مگر انسان کا حال یہ ہے کہ ایک ملک کا مطلوب شخص دوسرے ملک میں پہنچ کر غیر مطلوب بن جاتا ہے۔ اس کی وجہ کیا ہے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ چاند اور سورج اپنی فطرت پر قائم ہیں جبکہ انسان اپنی فطرت پر قائم نہیں۔

سورج چاند ایسا نہیں کرتے کہ ایک ملک میں اجالا پھیلائیں اور دوسرے ملک میں اندھیرا مگر انسان ایک قوم کا دوست اور دوسری قوم کا دشمن ہوتا ہے۔ پھول کیلئے یہ ممکن نہیں ہے کہ ایک کو خوشبو دے اور دوسرے کیلئے بدبودار بن جائے مگر انسان ایک کیلئے خیر خواہ ہوتا ہے اور دوسرے کیلئے بدخواہ۔ درخت ایک ملک میں جس اصول پر اگتا ہے دوسرے ملک میں بھی اسی اصول پر اگتا ہے مگر انسان ایک کے ساتھ عدل کا معاملہ کرتا ہے اور دوسرے کیلئے وہ ظالم بن جاتا ہے۔ دوسری چیزوں کی محبوبیت کا راز یہ ہے کہ وہ اپنی فطرت پر قائم ہیں مگر انسان اپنی فطرت کو کھو دیتا ہے اور نتیجہ غیر مطلوب بن جاتا ہے۔ اگر انسان اپنی فطرت پر قائم رہے تو اسکو بھی ہر جگہ وہی استقبال ملے جو سورج اور چاند کو ملا ہوا ہے۔

ڈاکٹر ادریس‘ اسلام آباد

مردانہ صحت کیلئے انمول وٹامن

اس غدود کے صحیح کام کرنے کی ایک پہچان تو یہ ہے کہ جنسی طلب کم ہوجاتی ہے۔ عورتوں میں ماہواریاں بے ترتیب ہوجاتی ہیں‘ ہر وقت تھکن کا احساس رہتا ہے‘ سردرد کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے‘ آدمی اپنی توجہ کسی کام پر مرکوز کرنے کے قابل نہیں رہتا

کم لوگ اس حقیقت سے واقف ہیں کہ جنسی میلان بہت کچھ ہماری غذا پر منحصر ہوتا ہے۔ سمجھ دار خواتین جانتی ہیں کہ انہیں اپنے شوہر کو کھانے کیلئے کیا دینا چاہیے اور کیا نہیں دینا چاہیے۔ نفاست نے ہماری غذاؤں کے بعض اہم جو ہر چھین لیے ہیں جن میں وٹامن ای سرفہرست ہے۔ اگر غذا مکمل اور متوازن ہوتو وہ جنسی میلان کی ضامن ہوتی ہے۔

اس سلسلے میں وٹامن ای کا ذکر ضروری ہے۔ جنسی میلان بخشنے میں وہ اپنا جواب نہیں رکھتا۔ آپ جانتے ہیں کہ ہمارے بعض غدود وہ ہارمون خارج کرتے ہیں جو ہمارے اندر جنسی خواہش بیدار کرتے ہیں اس کا مطلب یہ نہیں کہ اچھی متوازن غذا صرف مردوں کیلئے ہی ضروری ہے‘ وہ عورتوں کیلئے بھی اتنی ہی ضروری ہے ورنہ جنسی اختلاط میں وہ مردوں کا ساتھ نہ دے سکیں گی۔ ضروری معلوم ہوتا ہے کہ آپ کو اپنے غدودوں کا نظام سمجھ لینا چاہیے۔ آپ کو معلوم ہونا چاہیے کہ ان کا صحیح تغذیہ کس طرح ہوتا ہے۔

ان غدودوں کو صحت مند رکھنے کیلئے ہمیں کیا کرنا چاہیے؟ انہیں ان کی غذا دینی چاہیے۔ اس غذا میں وٹامن اور معدنی اجزاء پہلے آتے ہیں غیر خالص‘ مصنوعی غذاؤں میں یہ جو ہر موجود نہیں ہوتا۔ مغربی ممالک میں اس تصنع کے خلاف آواز اٹھائی جارہی ہے۔

اس تعارف سے ہم اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ ہماری جنسی زندگی کا انحصار بہت کچھ ہمارے غدودوں پر ہے۔ مثال کے طور پر غدود درقیہ کو لے لیجئے جو ہمارے گلے میں واقع ہوتا ہے بہت سے لوگ سمجھتے ہیں کہ اسی سے ہمارے وزن کے کم یا زیادہ ہونے کا تعلق ہوتا ہے اس میں کوئی شک نہیں کہ اگر اس غدود کا ہارمون کم مقدار میں خارج ہوتو انسان مائل بہ فربہی ہوجاتا ہے نہ صرف یہ بلکہ اس کے دوررس نتائج پیدا ہوتے ہیں۔ مثلاً اگر غدود درقیہ اپنا کام ٹھیک نہ کرے تو آپ جنسی میلان محسوس نہیں کریں گے ایسے لوگ جوانی میں ہی اپنے تئیں بوڑھا محسوس کرنے لگتے ہیں۔ غذا میں آیوڈین اور وٹامن بی (بالخصوص بی) کی کمی سے غدود درقیہ کمزور ہوجاتا ہے۔

ہمارے تمام افعال کا انحصار غدود درقیہ کی صحت پر ہوتا ہے اگر اس سے خارج ہونے والا ہارمون پوری مقدار میں دوران خون میں شامل نہیں ہوتا تو ہم سستی‘ کاہلی‘ خشکی اور جنسی میلان سے محرومی کا شکار ہوجاتے ہیں۔ ساتھ ساتھ ہمارا جسم موٹا ہوتا چلا جاتا ہے غذا میں احتیاط کرنے کے باوجود بعض اوقات فربہی بڑھتی جاتی ہے۔ غدود درقیہ کی صحت کیلئے آیوڈین ضروری ہے لیکن نہایت خفیف مقدار میں۔

اس غدود کے صحیح کام کرنے کی ایک پہچان تو یہ ہے کہ جنسی طلب کم ہوجاتی ہے۔ عورتوں میں ماہواریاں بے ترتیب ہوجاتی ہیں‘ ہر وقت تھکن کا احساس رہتا ہے‘ سردرد کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے‘ آدمی اپنی توجہ کسی کام پر مرکوز کرنے کے قابل نہیں رہتا اور خواہ مخواہ طبیعت فکر مند رہتی ہے۔

غدود درقیہ کو تحریک کرنے کیلئے آپ کی غذا میں پروٹین کی افراط ہونی چاہیے۔ اس کے علاوہ آپ کو وٹامن بی اور سی کی بھی ضرورت ہوتی ہے یعنی آپ کو پورے آٹے کی روٹی‘ کلیجی‘ گری دار میوے‘ بیج والی ترکاریاں اور سرخ چاول کھانے چاہئیں۔

صحت مند جنسی زندگی کیلئے غدہ نخامیہ کا فعل بھی درست ہونا چاہیے۔ یہ ننھا غدود ہمارے مغز کی جڑ میں واقع ہوتا ہے اور پورے نظام غدود پر قابو رکھتا ہے اس سے جو ہارمون خارج ہوتے ہیں وہ دوسرے تمام غدودوں سے نکلنے والے ہارمونز پر اثر انداز ہوتے ہیں جن میں جنسی ہارمون بھی شامل ہیں۔ انہی میں سے ایک ہارمون ماں کی پستان میں دودھ اتارتا ہے غدود نخامیہ سے نکلنے والے ہارمون چربی کے ارتکاز پر قابو رکھتے ہیں‘ اسی غدود کی مدد سے مردانہ و زنانہ جنسی ہارمون کی تولید ہوتی ہے اگر یہ غدود ٹھیک طرح کام نہ کرے تو عورتوں کی ماہواری قبل از وقت ہوجاتی ہے اور مرد وقت سے پہلے جنسی خواہش سے عاری ہوجاتے ہیں۔ غدود نخامیہ کی صحت کا انحصار مناسب و متوازن غذا پر ہے۔ ماہرین یہاں پروٹین‘ وٹامن ای اور وٹامن بی (بالخصوص بی) پر زور دیتے ہیں۔ وٹامن ای غدود نخامیہ میں سب سے زیادہ مرکوز ہوتا ہے۔

وٹامن ای...... غذا کا ایک جز: غدہ نخامیہ برگزدہ غدود اور جنسی غدودوں سے خارج ہونے والے ہارمون...... سب کے سب کولیسٹرول سے بنتے ہیں۔ انڈا‘ کلیجی وغیرہ اس کا خزانہ ہیں۔ وٹامن ای پورے آٹے کی روٹی‘ مکئی کے تیل اور سورج مکھی کے بیجوں کے تیل میں افراط سے موجود ہوتا ہے۔

سورج مکھی کے بیجوں میں وٹامن ای وٹامن بی کے تمام اجزا اور پروٹین کثرت سے موجود ہوتی ہیں۔ یہی صورت تلوں کی ہوتی ہے وہ بھی بہت مفید بیج ہیں اگر آپ کلیجی پر تل چھڑک کر کھائیں تو آپ کو نیا ذائقہ بھی آئے گا اور آپ کے جنسی ہارمون بھی تقویت پائیں گے۔

ایک اور ضروری جز ”جست“: ایک اور غذائی جز جست ہے جس کی کمی سے جنسی میلان کم ہوجاتا ہے‘ ہمیں یہ معدنی جز نہایت خفیف مقدار میں درکار ہوتا ہے۔ پہلے ماہرین یہ سمجھتے کہ نل کا پانی جستی نالی سے رگڑ کھا کر آتا ہے اس لیے اس میں ضرورت بھر جست شامل ہوجاتا ہے اب معلوم ہوا ہے کہ یہ دھات جنسی معاملات میں نہایت اہم کردار ادا کرتی ہے۔ عجب بات ہے کہ جست گیہوں کے چوکر اور دالوں کے چھلکے میں مرکوز ہوتا ہے‘ ہم ذائقے اور نفاست کی خاطر ان اہم غذائی اجزاء کو نکال کر پھینک دیتے ہیں‘ گوشت‘ ترکاریاں اور پھل بھی جست دے سکتے ہیں بشرطیکہ انہیں کیمیائی عمل سے دور رکھا جائے۔ مصنوعی کھادوں سے فصلوں کو یہ نقصان ضرور پہنچا ہے کہ بعض اہم جز ضائع ہوگئے جست بعض بیجوں میں بھی موجود ہوتا ہے۔ کدو کے بیجوں‘ سورج مکھی کے بیجوں اور نلوں میں اس کی افراط ہوتی ہے۔ ہیرنگ مچھلی میں بھی جست ہوتا ہے۔ اسی طرح کلیجی‘ آٹے کے چوکر‘ انڈے اور پیاز میں بھی پایا جاتا ہے۔

وٹامن سی ای اور ایف: صحت مند جنسی زندگی میں وٹامن سی کی اہمیت بھی کچھ کم نہیں جنسی غدود اسی کی مدد سے ہارمون پیدا کرتے ہیں۔ وٹامن ای کو بعض اوقات جنسی وٹامن کہا جاتا ہے اس کی کمی سے جنسی ہارمون اور غدود نخامیہ کا ہارمون دونوں کم ہوجاتے ہیں۔ یہ وٹامن بانجھ پن کو دور کرنے نیز اسقاط حمل کو روکنے میں مدد دیتا ہے۔

جنسی میلان حاصل کرنے کیلئے لمبی چوڑی دوائیں استعمال کرنے کی چنداں ضرورت نہیں‘ غیر معیاری اشتہاری دوائیں تو کسی صورت میں بھی استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔ کیونکہ ان سے فائدے کے بجائے نقصان پہنچ جاتا ہے۔ غذائی اجزا بہت سی بنیادی شکایات دور کردیتے ہیں مثلاً پوٹاشیم ہر قسم کے گوشت میں پایا جاتا ہے۔ گری دار میوے‘ بادام‘ اخروٹ اور مونگ پھلی میں پوٹاشیم موجود ہوتا ہے۔ وہ بعض ترکاریوں‘ مثلاً مٹر پھلیوں اور پالک میں بھی موجود ہوتا ہے۔ پھلوں میں سنگترہ‘ کیلا اور ہر قسم کے بیج اس کے اچھے ماخذ ہوتے ہیں۔ یاد رکھیے کہ نمک پوٹاشیم کا دشمن ہے۔

اگر آپ جنسی میلان کی کمی کا شکار ہیں تو اپنی غذا پر نظر ڈالیے اور غلط اور غیر معتبر اداروں کی دواؤں کے استعمال سے باز رہیے۔

آب زم زم ایک زندہ جاوید معجزہ

ابن الصاحب المصری کہتے ہیں کہ میں نے آب زم زم کا وزن مکہ کے ایک چشمہ کے پانی سے کیا تو میں نے زم زم کو اس سے ایک چوتھا حصہ وزنی پایا۔ پھر میں نے میزان طب کے حساب سے دیکھا تو اس کو تمام پانیوں سے طبی اور شرعی لحاظ سے افضل پایا۔

حقیقت یہ ہے کہ آب زم زم اللہ کریم کا ایک زندہ جاوید معجزہ ہے اور اس پر جب بھی اور جتنی بھی تحقیق کی جائے کم ہے کیونکہ ہر مرتبہ انسان پر نئے راز آشکار ہوتے ہیں اور مزید روشن پہلو انسان کی عقل کو ذخیرہ کرتے ہیں جن میں سے چند ایک درج ذیل ہیں:۔

☆ آب زم زم کا کنواں آج تک خشک نہیں ہوا اور اس نے ہمیشہ لاکھوں حجاج کرام اور زائرین کی پیاس بجھائی ہے۔

☆اس میں موجود نمکیات کی مقدار ہمیشہ یکساں رہتی ہے۔

☆اس کے ذائقے میں آج تک کسی قسم کی تبدیلی واقع نہیں ہوئی بلکہ روز اول سے آج تک اس کا وہی ذائقہ ہے۔

☆ آب زم زم کی شفابخشی کسی سے پوشیدہ نہیں بلکہ اپنے اور غیر سبھی اس کے معترف ہیں۔

☆ آب زم زم وسیع پیمانے پر مکہ اور گردونواح میں استعمال کیا جاتا ہے بلکہ رمضان شریف میں تو مسجد نبوی ﷺ میں بھی آب زم زم مہیا کیا جاتا ہے اس کے علاوہ دنیا بھر سے آنے والے زائرین حج اور عمرہ کے وقت اپنے ساتھ آب زم زم کے چھوٹے بڑے لاکھوں کین بھر کر لے جاتے ہیں۔

☆ آب زم زم اپنی اصلی حالت میں فراہم کیا جاتا ہے اور اس میں کلورین سمیت کسی بھی قسم کے جراثیم کش کیمیکل کی آمیزش نہیں کی جاتی لیکن اس کے باوجود یہ پینے کیلئے سب سے بہترین مشروب ہے۔

☆ دوسرے کنوؤں میں کائی جم جاتی ہے اور دیگر نباتاتی اور حیاتیاتی افزائش ہوتی ہے انواع واقسام کی جڑی بوٹیاں اور پودے اگ آتے ہیں یا کئی قسم کے حشرات بستے ہیں جس سے پانی کا رنگ اور ذائقہ متاثر ہوتا ہے مگر آب زم زم دنیا کا واحد پانی ہے جو کہ کسی بھی قسم کی نباتاتی یا حیاتیاتی افزائش اور آلائش سے پاک صاف ہے۔

☆ ہزاروں برس پہلے نوزائیدہ حضرت اسماعیل علیہ السلام کے ایڑیاں رگڑنے سے جاری ہونے والا یہ چشمہ لاکھوں کروڑوں لوگوں کی پیاس بجھانے کے باوجود آج بھی پہلے دن کی طرح پینے والوں کو حیات بخشتا ہے یہ اللہ تبارک وتعالیٰ کی ایک ایسی نعمت ہے جس پر مکہ شریف اور اہل مکہ ہمیشہ بجا طور پر نازاں وشاداں رہیں گے۔

آب زم زم پر لیبارٹریوں میں تحقیق

جدید طبی تحقیقات سے معلوم ہوا ہے کہ آب زمزم میں ایسے اجزاء معدنیات اور نمکیات موجود ہیں جو انسان کی غذائی اور طبی ضروریات کو بڑے اچھے طریقے سے پورا کرتے ہیں حکومت سعودی عرب نے اس بات کا اہتمام کر رکھا ہے کہ ہر چار گھنٹے بعد زم زم کے پانی کا جدید ترین لیبارٹریوں میں ہر لحاظ سے معائنہ کیا جاتا ہے۔ ان تحقیقات کے نتیجے میں آب زم زم کے بارے میں بے شمار انکشافات ہو رہے ہیں۔

آب زم زم کی کیمیائی تحقیقات اور طبی مطالعے سے معلوم ہوا ہے کہ اس میں وہ اجزاء شامل ہیں جو معدہ جگر' آنتوں اور گردوں کیلئے بالخصوص مفید ہیں۔

آب زم زم اور عام پانی پر تحقیق

ابن الصاحب المصری کہتے ہیں کہ میں نے آب زم زم کا وزن مکہ کے ایک چشمہ کے پانی سے کیا تو میں نے زم زم کو اس سے ایک چوتھا حصہ وزنی پایا۔ پھر میں نے میزان طب کے حساب سے دیکھا تو اس کو تمام پانیوں سے طبی اور شرعی لحاظ سے افضل پایا۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

قارئین عبقری کیلئے حیرت انگیز چٹکلے

ایک کتاب میں پڑھے تھے بعد میں یہ چٹکلے جب میں نے بھی کیے کامیاب رہے۔ جب بھی سر میں درد ہو ہاتھوں کی ہتھیلیوں پر تیل کی مالش کرے آرام آجائے گا۔ دوسرا چٹکلہ دانتوں کے درد کیلئے ہے۔ جب بھی کبھی دانتوں میں درد ہو جب پاخانہ آئے تو اوپر اور نیچے دانتوں کو زور سے دبائیں دانتوں کا درد صحیح ہو جائے گا۔ (اشتیاق)

اصلاحی کیفیت

عمران یونس

اس سے پہلے زندگی ویران تھی' نہ کوئی اعمال' نہ نماز' نہ تسبیح کا پتہ تھا۔ گناہ ہی گناہ تھے۔ نہ آخرت کا پتہ تھا' نہ دین کا پتہ تھا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں کیسے آپ کا شکریہ ادا کروں کہ آپ جیسا رہبر مجھے ملا۔ آپ کی محبت اور رہنمائی میں اللہ کے مجھ پر بہت کرم ہوئے ہیں کہ جن کا میں سوچ بھی نہیں سکتا۔ واقعی ہی اعمال والی زندگی نے میری پوری زندگی ہی بدل دی۔ میں نے اپریل 2010ء میں آپ کے تسبیح خانے پر آپ کا پہلا درس سنا جو کہ میرا کزن مجھے آپ کے تسبیح خانے پر لایا۔ اللہ کریم اس کو جزائے خیر دے۔ اس سے پہلے زندگی ویران تھی' نہ کوئی اعمال' نہ نماز نہ تسبیح کا پتا تھا۔ گناہ ہی گناہ تھے۔ نہ آخرت کا پتہ تھا' نہ دین کا پتہ تھا۔ ہاں خیال ضرور آتا تھا کہ اللہ کریم نے زندگی کی ہر خواہش پوری کی ہے بس اللہ کوئی نیک کام لے لیں تاکہ اس کو اور اس کے حبیب نبی کریم ﷺ کو منہ دکھا سکوں۔ میں تو اپنے آپ کو دنیا کا سب سے زیادہ حقیر اور گنہگار سمجھتا ہوں کیونکہ میں امت اور غیر مسلمانوں کیلئے صرف اور صرف دعا کرتا ہوں۔ ان کو روک نہیں سکتا اتنی استطاعت نہیں ہے کہ میں ان کے آگے ہاتھ جوڑوں کہ اللہ کے واسطے اعمال والی زندگی پر آجاؤ' کیونکہ میں سوچتا ہوں کہ مجھ سا بندہ کہ جس کی زندگی میں گناہ ہی گناہ ہیں' وہ تسبیح پکڑ سکتا ہے' اللہ اللہ کر سکتا ہے تو باقی لوگ تو مجھ سے ہزار درجے افضل ہیں۔

محترم حکیم صاحب ایک خوشی کی بات یہ بھی ہے کہ اللہ کے فضل سے آپ کی دعاؤں سے اور آپ کے بتائے ہوئے اعمال سے اللہ کریم نے مجھے میری اوقات سے زیادہ رزق دیدیا ہے۔

محترم حکیم صاحب مجھے ملازمت مل گئی ہے۔ سعودیہ میں ایک ہسپتال میں 4000 ریال میں جو کہ پاکستانی 91000 بنتا ہے۔ اکاؤنٹس کی نوکری ہے۔ آپ کو پتا ہے کہ میں پاکستان میں بینک کی ملازمت کرتا تھا اور جس دن میں نے بینک کی ملازمت چھوڑ دی تھی اس دن میں نے توبہ کر لی تھی کہ آج کے بعد کبھی اس طرح کی ملازمت نہیں کروں گا۔ بس یہ اسی توبہ کا اور اعمال کا اجر ہے کہ اللہ کریم نے میری مدد کی۔ حکیم صاحب میں آپ کے بتائے ہوئے ہر عمل کو یقین توجہ کیساتھ کرتا ہوں اور اللہ مجھے اس کا فوری اجر دے دیتا ہے اور میرے اب سالوں سے اٹکے ہوئے کام ہو رہے ہیں۔

اچھے رشتے کیوں نہیں ملتے؟؟؟

مختار آزاد

ایک سروے رپورٹ کے مطابق پاکستان میں ڈیڑھ کروڑ کے لگ بھگ ایسی کنواری لڑکیاں موجود ہیں جن کے والدین اچھے اور مناسب رشتے کی راہ تکتے ہیں۔ یہ ایک ایسا سنگین سماجی مسئلہ ہے جس نے ہماری معاشرتی جڑوں کے اندر مادیت اور مفاد پرستی کے سرایت ہوجانے کا ثبوت فراہم کردیا ہے

پاکستان جیسے مشرقی ماحول رکھنے والے ملک میں ایک مسئلہ جس نے والدین کی نیندیں اچاٹ کردی ہیں وہ ہے بیٹیوں کیلئے اچھے رشتے نہ ملنے کا۔ پہلے تو وہ زمانہ تھا کہ لڑکے والوں کے پاؤں کی جوتیاں لڑکیوں والوں کے گھروں کے چکر لگاتے لگاتے گھس جاتی تھیں تب کہیں جا کر لڑکی والے ہاں کرتے تھے لیکن اب کہاں یہ زمانہ آگیا ہے کہ لڑکیوں کی شادی کی عمر گزر جاتی ہے لیکن اچھا رشتہ نہیں ملتا۔

ایک سروے رپورٹ کے مطابق پاکستان میں ڈیڑھ کروڑ کے لگ بھگ ایسی کنواری لڑکیاں موجود ہیں جن کے والدین اچھے اور مناسب رشتے کی راہ تکتے ہیں۔ یہ ایک ایسا سنگین سماجی مسئلہ ہے جس نے ہماری معاشرتی جڑوں کے اندر مادیت اور مفاد پرستی کے سرایت ہوجانے کا ثبوت فراہم کردیا ہے۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر وہ کون سی بات ہے جس نے ہمارے معاشرے کا رجحان تبدیل کردیا ہے وہ کون سی بات ہے جو لڑکے والے ہونیوالی بہوؤں میں تلاش کرتے ہیں۔ آخر وہ کیا چیز ہے جو لڑکوں کے آنے والے رشتوں میں خامی بن کر بیٹیوں کے ماں باپ کو رشتہ قبول کرنے سے انکار کرنے پر مجبور کردیتے ہیں۔

ہم نے یہی بات جاننے کیلئے ایک 70 سالہ عورت سے بات کی۔ یہ عورت آج خیر سے پوتے پوتیوں اور نواسے نواسیوں کی اولادیں بھی اپنی گود میں کھلا رہی ہیں۔ بحیثیت استاد تعلیم کے شعبے میں چالیس سال کا عرصہ گزارنے کے بعد ہیڈ مسٹریس کے طور پر ریٹائر ہوئی ہیں کہتی ہیں کہ وقت کے ساتھ ساتھ اقتدار کا بدلنا سماج کا ارتقائی عمل ہے' یہ نہ رکا ہے اور نہ ہی آئندہ اسے روکا جاسکے گا۔ لیکن ہمیں سوچنا چاہیے کہ سماجی اقدار کے ارتقاء میں کیا ہمیں اپنی ان بنیادی روایتوں کو بھی تبدیل کردینا چاہیے جن پر اس سماج کی بنیاد کھڑی ہے۔ یقیناً نہیں ایسا نہیں ہونا چاہیے لیکن افسوس کہ ایسا ہی ہورہا ہے جب ہم بحیثیت فرد اس بات کا خیال نہیں رکھتے تو پھر ہمیں کسی دوسرے سے بھی شکوہ نہیں کرنا چاہیے۔ بیٹیوں کے رشتے آج کے دور میں بہت بڑا مسئلہ ہیں لیکن اس دور میں اچھے رشتے نہ ملنے کا سب سے بڑا سبب خود ہمارا دورخہ معیار ہے۔ اب اگر ہم اپنے بیٹوں یا بیٹے کیلئے رشتہ تلاش کرتے ہیں تو لڑکی اور اس کے گھرانے کا ایک بلند معیار ہم اپنے ذہن میں قائم کرلیتے ہیں' یہ معیار خود ہمارے اپنے سماجی معیار سے بھی کہیں بلند ہوتا ہے' لیکن جب ہم خود اپنی بیٹی یا بیٹیوں کے لیے آنے والے رشتے کا جائزہ لیتے ہیں تو ہمارے معیار بالکل بدل جاتے ہیں ہم چاہتے ہیں کہ لڑکے والے خواہ ان کا سماجی و معاشی مقام ہم سے کتنا ہی بلند کیوں نہ ہو صرف ہماری بیٹی کی شرافت' سگھڑ پن اور اس کی سیرت کو دیکھ کر رشتہ کردیں لیکن ذرا آپ خود سوچیے جب ہم بیٹے والے بن کر لڑکی والوں کے گھر جاتے ہیں تب ہم خود یہ سب کچھ کیوں نہیں سوچتے؟؟؟

لہٰذا ہمیں چاہیے کہ اگر بیٹی کیلئے کوئی رشتہ آتا ہے تو صرف ان کی خاندانی شرافت اور لڑکے میں کسب حلال کی صلاحیت کو اپنے مدنظر رکھیں کیونکہ جس شخص میں اپنی محنت سے دووقت کی روٹی کمالینے کی صلاحیت ہوتو وہ دنیا بھر کی آسائش بھی خدا کی مرضی سے وقت آنے پر حاصل کرہی لیتا ہے۔

ایک اشاعتی ادارے سے وابستہ نوجوان نسل کی نمائندہ کہتی ہیں کہ سب کہتے ہیں کہ لڑکیوں کیلئے اچھے رشتے نہیں ملتے لیکن سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ اچھے رشتے کا معیار کیا ہے' بہو کی تلاش ہو یا داماد کا انتخاب میرے خیال میں ایک اچھا رشتہ وہ ہوتا ہے جو تعلیم یافتہ ہو' حالات کو قسمت کا لکھا سمجھ کر صابر و شاکر ہونے کے بجائے حالات کو ہی بدلنے کا سوچے' دولت ہی مرکز نگاہ نہیں ہونی چاہیے۔ مزید کہتی ہیں کہ انسان کی زندگی تین چیزوں کے حصول کے گرد گھومتی ہے اور انہی کی مطابقت سے ہم اچھے رشتے کا تصور قائم کرلیتے ہیں۔ پہلی چیز ہے ضرورت' دوسری ہے آسائش اور تیسری ہے تعیش۔ انسان کی سب سے اہم چیز ضرورت ہے۔ جو ضرورت کو آسان کرنے کا حل ڈھونڈ لیتا ہے میرے خیال میں وہ اچھا رشتہ ہوتا ہے۔ یہ کلیہ بہو اور داماد دونوں کیلئے یکساں ہے۔

بدقسمتی سے ہمارے یہاں کچھ اور ہی سوچ ہے ہم چاہتے ہیں کہ لڑکی سسرال میں آئے تو لڑکے اور اس کے گھر والوں کیلئے آسائش اور تعیشات کے سارے لوازمات جہیز کی شکل میں ساتھ لیکر آئے۔ دوسری جانب لڑکے والوں کی سوچ ہوتی ہے کہ ہماری بیٹی اپنے گھر میں جیسی بھی زندگی بسر کرتی رہے وہ الگ ہے لیکن سسرال جائے تو اسے تمام تعیشات بہم ہوں۔ بس یہی بنیادی چیز ہے کہ ہم اچھے رشتوں کے بروقت نہ ملنے کا رونا روتے رہتے ہیں۔ لڑکی کم عمر ہوتی ہے اور زیر تعلیم ہوتی ہے کہ رشتے آنے شروع ہوجاتے ہیں لیکن غریب والدین اس آس میں کہ بیٹی پڑھ لکھ کر کوئی نوکری کرلے پھر جہیز جمع کرکے شان سے شادی کردیں گے کا سوچ کر رشتوں کو انکار کرتے رہتے ہیں اور پھر جب سب کچھ ان کے حسب منشاء ہوجاتا ہے تو پھر لڑکی کے رشتے نہیں آتے اور وہ والدین کی دہلیز پر ہی بوڑھی ہونے لگتی ہے۔ اگر ہم شریعت محمدی ﷺ پر چلیں' سادگی کو اپنائیں اور جہیز کی لعنت کو ختم کرلیں تو آج ہمیں جو سماجی مسئلہ درپیش ہے وہ کبھی کا ختم ہوجائے لیکن اس کیلئے پہل خود ہمیں اپنے گھر سے ہی کرنی ہوگی۔ انتظار ہے تو بس یہ کہ پہلا پتھر کون پھینکے۔

ایک عالم دین کہتے ہیں کہ اگر ہم صرف سیرت النبی ﷺ پر غور سے نظر ڈالیں تو ہمیں یہ شکایت نہیں رہے گی کہ اچھے رشتے کیوں نہیں ملتے۔ حضرت فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ عنہا کا جہیز اور ان کی شادی اور حضرت علی رضی اللہ عنہ کی دعوت ولیمہ کو یاد کرلیں اور ان کی پیروی کریں تو پھر نہ صرف ہم دین و دنیا دونوں میں سرخرو ہوں گے بلکہ مذہب اسلام میں سادگی کا جو مقام ہے اس کو اپنا کر ہم بے شمار بے جا اسراف سے بھی بچ جائیں گے۔ اگر ہم چاہتے ہیں کہ ہمیں یہ نہ کہنا پڑے کہ اچھے رشتے نہیں ملتے تو ہمیں شریعت الاسلام نے نکاح کیلئے جس عمر کی وضاحت کردی ہے اس پر عمل کرنا ہوگا۔ آج جو یہ پریشانیاں ہیں یہ سب کچھ مسلمان ہوتے ہوئے شریعت اسلام سے دوری کے سبب ہیں۔ اگر آج بھی ہم مذہب اسلام کی اس روح کو سمجھ لیں تو ہماری تمام پریشانیاں ختم ہوجائیں گی اور آخرت بھی سنور جائے گی۔

برص کا کامیاب علاج

گدھے کی ہڈیوں کو جلالیں پھر ان کو کھرل میں خوب رگڑ کر پاؤڈر کی مانند بنا کر شیشی میں محفوظ کرلیں۔ بوقت ضرورت اس پاؤڈر کو سرسوں کے تیل میں ملالیں۔ زیادہ گاڑھا یا مرہم کی طرح نہ ہو' بالکل پتلا رہنا چاہیے پھر مرغ کے پر سے متاثرہ حصہ پر لگانا ہے پر اس لیے اچھا رہتا ہے کہ چوستا نہیں۔ کپڑا یا روئی وغیرہ کافی تیل چوس جاتے ہیں۔ اس لیے پر کی ترکیب فائدہ مند ہے۔ (نصیر احمد' ایبٹ آباد)

انتخاب: عائشہ بنت احمد' لاہور

مختصر عمل' بڑا ثواب' بڑی جنت

جب اس کے پاس حضرت فاروق اعظم رضی اللہ عنہٗ کا یہ خط پہنچا اور اس نے پڑھا تو بار باران کلمات کو پڑھتا اور غور کرتا رہا کہ اس میں مجھے سزا سے ڈرایا بھی گیا اور معاف کرنے کا وعدہ بھی کیا ہے پھر رونے لگا اور شراب نوشی سے باز آگیا اور ایسی توبہ کی کہ پھر اس کے پاس نہ گیا

قرآن کی دو آیتیں: حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی روایت میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے دو آیتیں جنت کے خزائن میں سے نازل فرمائی ہیں جس کو تمام مخلوق کی پیدائش سے دو ہزار سال پہلے خود رحمٰن نے اپنے ہاتھ سے لکھ دیا تھا۔ جو شخص ان کو عشاء کی نماز کے بعد پڑھ لے تو وہ اس کیلئے قیام اللیل یعنی تہجد کے قائم مقام ہوجاتی ہیں اور مستدرک حاکم اور بیہقی کی روایت میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے سورۂ بقرہ کو ان دو آیتوں پر ختم فرمایا ہے جو مجھے اس خزانہ خاص سے عطا فرمائی ہیں جو عرش کے نیچے ہیں اس لیے تم خاص طور پر ان آیتوں کو سیکھو اور اپنی عورتوں اور بچوں کو سکھاؤ۔

اسی لیے حضرت فاروق اعظم اور علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہما نے فرمایا کہ ہمارا خیال یہ ہے کہ کوئی آدمی جس کو کچھ بھی عقل ہو وہ سورۂ بقر کی ان دونوں آیتوں کو پڑھے بغیر نہ سوئے گا۔ وہ دو آیتیں سورۃ البقرہ کی آخری دو آیتیں ہیں۔ **(معارف القرآن)**

بے دین کو دیندار بنانے کا ایک عجیب فاروقی نسخہ

ابن کثیر نے ابن ابی حاتم کی سند سے نقل کیا ہے کہ اہل شام میں سے ایک بڑا بارعب قوی آدمی تھا اور فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے پاس آیا کرتا تھا' کچھ عرصہ تک وہ نہ آیا تو فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے لوگوں سے اس کا حال پوچھا۔ لوگوں نے کہا کہ امیر المومنین اس کا حال نہ پوچھئے وہ تو شراب میں مست رہنے لگا۔ فاروق اعظم رضی اللہ عنہٗ نے اپنے منشی کو بلایا اور کہا یہ خط لکھو: ''منجانب عمر بن خطاب بنام فلاں بن فلاں۔ سلام علیک اس کے بعد میں تمہارے لیے اس اللہ کی حمد پیش کرتا ہوں جس کے سوا کوئی معبود نہیں' گناہوں کو معاف کرنے والا توبہ قبول کرنے والا' سخت عذاب والا' بڑی قدرت والا ہے اس کے سوا کوئی معبود نہیں' اُسی کی طرف لوٹ کر جانا ہے۔''

پھر حاضرین مجلس سے کہا کہ سب مل کر اس کیلئے دعا کرو کہ اللہ تعالیٰ اس کے قلب کو پھیر دے اور اس کی توبہ قبول فرمائے۔ فاروق اعظم رضی اللہ عنہٗ نے جس قاصد کے ہاتھ یہ خط بھیجا تھا اس کو ہدایت کردی تھی کہ یہ خط اس کو اس وقت تک نہ دے جب تک وہ نشہ سے ہوش میں نہ آئے اور کسی دوسرے کے حوالے نہ کرے۔

جب اس کے پاس حضرت فاروق اعظم رضی اللہ عنہٗ کا یہ خط پہنچا اور اس نے پڑھا تو بار باران کلمات کو پڑھتا اور غور کرتا رہا کہ اس میں مجھے سزا سے ڈرایا بھی گیا اور معاف کرنے کا وعدہ بھی کیا ہے پھر رونے لگا اور شراب نوشی سے باز آگیا اور ایسی توبہ کی کہ پھر اس کے پاس نہ گیا۔ حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہٗ کو جب اس اثر کی خبر ملی تو لوگوں سے فرمایا کہ ایسے معاملات میں تم سب کو ایسا ہی کرنا چاہیے کہ جب کوئی بھائی کسی لغزش میں مبتلا ہوجائے تو اس کو درستی پر لانے کی فکر کرو اور اس کو اللہ کی رحمت کا بھروسہ دلاؤ اور اللہ سے اس کیلئے دعا کرو کہ وہ توبہ کرلے اور تم اس کے مقابلے میں شیطان کے مددگار نہ بنو یعنی اس کو برا بھلا کہہ کر یا غصہ دلا کر دین سے دور کردو گے تو یہ شیطان کی مدد ہوگی۔ **(معارف القرآن)**

صالح بیوی: ایک حدیث میں رسول کریم ﷺ نے فرمایا کہ جو عورت اپنے شوہر کی تابعدار و مطیع ہو اس کیلئے پرندے ہوا میں استغفار کرتے ہیں اور مچھلیاں دریا میں استغفار کرتی ہیں اور فرشتے آسمانوں میں استغفار کرتے ہیں اور درندے جنگلوں میں استغفار کرتے ہیں۔ **(معارف القرآن)**

جب تک باوضو رہو گے فرشتے نیکیاں لکھتے رہیں گے

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول کریم ﷺ نے ان سے فرمایا اے ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ جب تم وضو کرو تو بسم اللہ والحمدللہ کہہ لیا کرو (اس کا اثر یہ ہوگا کہ) جب تک تمہارا یہ وضو باقی رہے گا اس وقت تک تمہارے محافظ فرشتے (یعنی کاتبین اعمال) تمہارے لیے برابر نیکیاں لکھتے رہیں گے۔ **(معارف الحدیث)**

بواسیر کیلئے کامیاب نسخہ

ھوالشافی: چھلکا 25 گرام' کول ڈوڈے 25 گرام' تباشیر 25 گرام' کوزہ مصری 25 گرام' چھوٹی الائچی 25 گرام' ان چیزوں کو پیس کر سفوف بنالیں' آدھا چمچ صبح' آدھا شام سات دن تک یا 21 دن تک استعمال کریں جس قسم کی بھی بواسیر ہوگی انشاء اللہ تعالیٰ ختم ہوجائے گی۔ لیکن کول ڈوڈے سے زہر نکال دیں۔ الحمدللہ خود آزمایا ہوا ہے۔ بہت آرام دہ دوائی ہے۔ اس سے موہکے یقینی ختم ہوجاتے ہیں۔

ہادیہ عالم' ٹیکسلا

اورنگزیب کا انصاف

کھانے سے فارغ ہوکر مجذوب اس شخص سے مخاطب ہوا اور کہا ''مانگ کیا مانگتا ہے؟'' غمزدہ شخص مسکرایا

مغل بادشاہ اورنگ زیب عالمگیر کے دور کا یہ واقعہ بادشاہ اور مجذوب کے درمیان کشمکش کی ایک انوکھی کہانی ہے جس میں مجذوب اور بادشاہ دونوں ہی جیت گئے۔ اس طرح کہ مجذوب نے اپنا مقصد حاصل کرلیا اور اورنگ زیب عالمگیر مجرم کو نہیں تو اس کے وکیل اور نجات دہندہ کو سزا دینے میں کامیاب ہوگیا۔ اس واقعے سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ اورنگ زیب خود بھی اسی نظام میں کسی عہدے پر فائز تھا جس نظام کا یہ پراسرار مجذوب حصہ تھا۔

اس وقت کے قانون کے تحت قتل کے مجرم کیلئے رحم کی آخری درخواست بادشاہ کے حضور پیش کی جاتی اور اگر بادشاہ یہ درخواست مسترد کردیتا تو پھر مجرم کسی صورت بچ نہیں سکتا تھا۔ اسی دور کی بات ہے کہ ایک بار دہلی میں قتل کی ایک واردات ہوئی۔ عدالت نے اس قاتل کو سزائے موت سنادی اور شہنشاہ اورنگزیب نے اس کی رحم کی درخواست بھی مسترد کردی۔

پھانسی کا وقت قریب آگیا۔ پھانسی سے ایک روز پہلے کی بات ہے' قاتل کا غمزدہ بھائی پریشانی کے عالم میں بازار میں گھوم رہا تھا کہ ایک نامعلوم شخص نے اس کا ہاتھ پکڑ لیا۔ اس نے دیکھا کہ اس کے سامنے ایک غلیظ لباس والا بوڑھا مجذوب کھڑا تھا جس کا سر' چہرہ اور پورا جسم گرد آلود تھا۔ اس کی حالت سے فاقہ زدگی ٹپک رہی تھی۔

اس مجذوب نے اس سے صرف دو لفظ کہے بھوک' روٹی۔ اسے مجذوب کی حالت پر رحم آگیا اور اس نے قریبی دکان سے اسے کھانا کھلایا۔ اس نے دیکھا کہ مجذوب وحشیوں کی طرح کھانا کھا رہا تھا۔ کھانے سے فارغ ہوکر مجذوب اس شخص سے مخاطب ہوا اور کہا ''مانگ کیا مانگتا ہے؟'' غمزدہ شخص مسکرایا کہ جسے کھانے کو نہ جانے کب سے کچھ نہیں ملا' وہ مجھے کیا دے گا لیکن مجذوب نے دوبارہ تحکم آمیز انداز میں کہا ''مانگ کیا مانگتا ہے''۔ اس پر وہ شخص بولا کل صبح دس بجے میرے بھائی کو پھانسی دی جارہی ہے اسے رکوا سکتے ہو؟'' یہ سن کر مجذوب کی کیفیت ہی بدل گئی۔ خوف اس کے چہرے سے ٹپکنے لگا اور وہ ''موت' موت' دیر ہوگئی' دیر ہوگئی'' کے عجیب و غریب الفاظ کہتا ہوا ایک طرف کو بھاگ نکلا۔ **(باقی صفحہ 36 پر)**

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

کامیابی نہیں ملتی | گھر میں بے سکونی | مجھے پاگل کہتے ہیں | ساس نے قبول نہیں کیا | کچھ یاد نہیں رہتا

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

کامیابی نہیں ملتی

سوال: میری عمر 28 سال ہے۔ چار بیٹیوں کا باپ ہوں۔ 1999ء سے مختلف نوکریاں اور کاروبار کرتا رہا ہوں لیکن پتا نہیں کیوں آج تک کسی بھی کاروبار میں کامیابی نہیں ہوئی۔ کافی حد تک مقروض ہو گیا ہوں' پریشانیاں بڑھ گئی ہیں۔ محنت بھی حد سے زیادہ کرتا ہوں۔ **(محمد رفیق' خانیوال)**

جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک سو ایک بار سورۂ طارق کی آیت نمبر 3 پڑھیں۔ روزگار میں برکت اور ترقی کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ چلتے پھرتے' وضو بے وضو کثرت سے یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ پانچ کلو باجرہ خرید کر اس کے سات حصے کرلیں۔ سات دن تک روزانہ ایک حصہ صبح کے وقت چڑیوں کو ڈالا کریں۔

گھر میں بے سکونی

ہم سب نے بڑی پریشانی میں وقت گزارا ہے۔ ہم آٹھ بہن بھائی امی ابو کے ساتھ رہتے ہیں۔ مالی حالات بہتر ہیں مگر گھر کی بے سکونی ہم سب کو ایک دوسرے سے بہت دور کر رہی ہے۔ والدین کا تھوڑا بہت جو ادب واحترام تھا لگتا ہے اب وہ بھی نہیں رہے گا۔ گھر کے افراد ایک دوسرے سے بات چیت نہیں کرتے' حالانکہ سب پڑھے لکھے اور سمجھ دار ہیں۔ اب سب میں خود غرضی آتی جارہی ہے۔ دو بڑے بھائی گھریلو معاملات سے بے بہرہ ہیں۔ ہم تین بہنیں بڑی ہیں' رشتے آتے ہیں مگر بات آگے نہیں چلتی۔ یہ سب دیکھتے ہوئے کوئی کچھ کرنے کو تیار نہیں۔ ماں باپ بے چارے اپنی عزت اور بچوں کی لڑائی کی وجہ سے خاموش رہتے ہیں۔ جو کام کریں' اس میں رکاوٹ ہے۔ کہیں کوئی امید نظر نہیں آتی......! **(ت'م' گوجرانوالہ)**

جواب: رات سونے سے پہلے سو بار سورۂ بنی اسرائیل کی آیت 53 اول وآخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بہن بھائیوں کا تصور کر کے دم کردیں اور آپس میں میل محبت' حسن سلوک' والدین کے ادب واحترام' فرمانبرداری اور حالات کی بہتری کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَاسَلَامُ کا ورد کریں۔

مجھے پاگل کہتے ہیں

دو ماہ بعد میری شادی ہے۔ میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میں زیادہ بولتی ہوں اور اس وجہ سے کوئی میری عزت نہیں کرتا۔ گھر کے افراد مجھے پاگل کہہ کر پکارتے ہیں اور کہتے ہیں کہ یہ بہت بولتی ہے۔ **(بسمہ' کوئٹہ)**

جواب: آپ صبح وشام اکیس بار سورۂ لقمان کی آیت 18 اول وآخر تین تین بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کرکے پئیں۔ بولنے کے بجائے اپنے خیالات اور جذبات کا اظہار تحریری طور پر کرنے کی کوشش کیجئے۔

سندھی زبان پر عبور

مجھے پڑھنے لکھنے' نئے نئے ہنر اور زبانیں سیکھنے کا بہت شوق ہے۔ میں سندھی زبان پر عبور حاصل کرنا چاہتی ہوں لیکن محسوس یوں کرتی ہوں کہ مجھ میں کوئی نئی زبان سیکھنے کی صلاحیت کم ہے۔ **(ماریہ شفیق' میرپور)**

جواب: آپ صبح وشام ایک سو ایک بار سورۂ طٰہٰ کی آیت نمبر 27 اول وآخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شہد دم کرکے صبح وشام پئیں۔ چلتے پھرتے' وضو بے وضو کثرت سے یَاعَلِیۡمُ یَاخَبِیۡرُ کا ورد کرتی رہا کریں اور اللہ سے اپنے علم میں اضافے کی دعا کریں۔

خواب میں ڈرنا

ہمارے بڑے بھائی رات کو سوتے ہوئے ڈر جاتے ہیں جب تک انہیں بیدار نہ کیا جائے وہ مسلسل ڈرتے رہتے ہیں۔ پہلے یہ مسئلہ کبھی کبھار پیش آتا تھا اب تو تقریباً روز ہی ایسا ہوتا ہے۔ ہمارے خیال میں ان پر کسی نے کالا علم کروادیا ہے۔ میں اپنے والد اور دادی کا نام تاریخ پیدائش لکھ رہی ہوں براہ کرم ہمیں بتائیں کہ یہ سب کچھ بدعملیات کی وجہ سے تو نہیں ہے؟ **(مائرہ' کراچی)**

جواب: یہ کالے علم کا اثر نہیں ہے۔ آپ کے بھائی کے لاشعور میں کچھ ایسی چیزیں پیوست ہوگئی ہیں جو وہ کسی کو بتانا نہیں چاہتے۔ جب وہ سوجاتے ہیں تو یہ باتیں خوف یا تکلیف دہ تصویروں کا روپ دھار لیتی ہیں۔ اگر اس بات کا فوری تدارک نہ کیا تو ڈر ہے کہ خدانخواستہ یہ تشویشناک صورت اختیار نہ کرلے۔

کھانوں میں نمک کی مقدار آدھی کردیں۔ بطور روحانی علاج صبح نہار منہ اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ سورۂ آل عمران کی آیت نمبر 2 اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّاھُوَ الۡحَیُّ الۡقَیُّوۡمُ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ٹیبل سپون شہد پر دم کرکے پئیں۔

بھائی سے کہیں نماز کی پابندی کریں اور حرام رزق سے ہر حال میں بچیں اور احادیث میں جو رات کے اعمال ہیں وہ کرکے سوئیں اور چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَاحَیُّ یَاقَیُّوۡمُ کا ورد کرتے رہا کریں۔

عبادت میں یکسوئی

نماز پڑھنے کے دوران میرے ذہن میں خیالات کا جم غفیر لگا رہتا ہے۔ میں ان خیالات کو دور کرنے کی بہت کوشش کرتا ہوں لیکن یہ خیالات مجھے نماز کے دوران بے چین ہی رکھتے ہیں۔ آپ کوئی ایسا مشورہ دیں کہ میں نماز پوری یکسوئی سے ادا کرسکوں اور روحانی سکون بھی حاصل ہو۔ **(عباس رضا' کراچی)**

جواب: آپ وضو کرنے کے بعد کسی آرام دہ نشست پر قبلہ رخ بیٹھ جائیں اب تین مرتبہ درود شریف اور تین مرتبہ استغفار اَسۡتَغۡفِرُ اللّٰہَ رَبِّیۡ مِنۡ کُلِّ ذَنۡبٍ وَّاَتُوۡبُ اِلَیۡہِ پڑھ کر آنکھیں بند کرلیں اور پھر تقریباً تین سے پانچ منٹ یہ تصور کریں کہ اللہ مجھے دیکھ رہا ہے۔ اس کے بعد نماز کیلئے نیت باندھ لیں۔

ساس نے قبول نہیں کیا

میری شادی کو ڈیڑھ سال کا عرصہ ہوا ہے۔ میں شادی کے دوسرے ہفتے سے ہی اپنی ساس کے ناروا سلوک کا شکار چلی آرہی ہوں۔ شروع میں تو میں نے ان کے رویے کو برداشت کیا لیکن اب ان کی ہر بات پر نکتہ چینی معمولی باتوں پر ڈانٹ ڈپٹ جیسے رویے نے مجھے بہت پریشان کر رکھا ہے۔ مجھے لگتا ہے کہ میری ساس نے مجھے بہو کے طور پر دل سے قبول ہی نہیں کیا حالانکہ یہ خود مجھے بیٹی بنا کر لائے ہیں۔ براہ مہربانی اس مسئلے کے حل کیلئے کوئی وظیفہ بتادیں۔ **(پوشیدہ...... گجرات)**

جواب: رات کو سونے سے قبل اکتالیس مرتبہ سورۃ الانعام کی 165 آیت وَهُوَ الَّذِيْ جَعَلَكُمْ سے لے کر وَاِنَّهٗ لَغَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ اول وآخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھیں۔ وضو بے وضو کثرت سے یَاعَزِیْزُ یَاسَلَامُ کا ورد کریں۔

کچھ یاد نہیں رہتا

میری عمر 16 سال ہے اور میں دسویں جماعت کا طالب علم ہوں جو بھی یاد کرتا ہوں، بھول جاتا ہوں۔ ریاضی اور طبیعات کے استاد جو سمجھاتے ہیں اس وقت سمجھ میں آجاتا ہے لیکن بعد میں بھول جاتا ہوں۔ کوئی دعا یا وظیفہ پڑھنے کیلئے بتائیں جس کے پڑھنے سے میں امتحان میں اچھے نمبروں سے پاس ہوجاؤں؟ **(ارسلان احمد، لاہور)**

جواب: بیٹا! آپ روزانہ بعد نماز عشاء یَاحَافِظُ یَاحَفِیْظُ یَااَللّٰہُ 66 مرتبہ پڑھیں۔ اول وآخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور پانی پر دم کرکے رکھ لیں جب پیاس لگے تو یہ پانی پی لیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام پریشانیاں دور ہوجائیں گی۔ وظیفے کے بعد امتحان میں کامیابی کیلئے دعا بھی کریں۔

پھیپھڑوں کا کینسر ہے

میں نے جب سے گھر لیا ہے پریشانیوں میں مبتلا ہوگیا ہوں، جن میں مالی تنگی نمایاں ہے دو سال سے بیوی کی بھی طبیعت ٹھیک نہیں، پھیپھڑوں کا کینسر ہے۔ **(عباس علی، راولپنڈی)**

جواب: جناب آپ کے معاملات میں کسی حاسد نے یہ عمل کرایا ہے جس کی وجہ سے آپ پر یہ پریشانیاں آئی ہیں۔ تمام مسائل کے حل اور بیوی کی صحت کیلئے انمول خزانہ خاص ترکیب کے ساتھ پڑھیں۔ ترکیب انمول خزانہ میں درج ہے۔ حالات کی بہتری کیلئے دعا کریں انشاء اللہ سب ٹھیک ہوجائے گا۔

والدہ کی اہمیت نہیں

والد اپنے طور پر فیصلے کرلیتے ہیں، والدہ کو اہمیت نہیں دیتے، خرچ کیلئے پیسے دینے سے بھی گریز کرتے ہیں۔ وہ کسی عامل سے متاثر ہیں اور اس کی باتوں پر عمل کرتے ہیں۔ والد کے فیصلوں سے گھر کے حالات بگڑ رہے ہیں۔ ہماری تعلیم متاثر ہورہی ہے۔ ہمارے قریبی عزیز ہماری جائیداد پر قبضے کے خواہاں ہیں اور اس کے لیے طرح طرح کی کارروائیاں کرتے رہتے ہیں۔ والدان کے فیصلوں کو رد نہیں کرسکتے۔ مختصر یہ کہ گھر کا نظام الجھتا جارہا ہے اور حالات خراب ہورہے ہیں۔ **(سلیم، شیخوپورہ)**

جواب: والدہ سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ایک سو ایک بار یَابَاعِثُ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ گھر کا کوئی فرد فجر کی نماز کے بعد اکیس یا اکتالیس بار سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَحْدَہٗ لَا شَرِیْکَ لَہٗ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے رحم وکرم کی دعا کیا کریں۔ یہ وظیفہ چالیس دن کیا جائے۔ اول الذکر وظیفہ نوے دنوں تک کرنا ہ

والدین کی بات نہ ماننے کی سزا

میری شادی کزن سے ہوئی اور میرے فیصلے سے ہوئی۔ وہ پہلے سے شادی شدہ تھا۔ یہ شادی دس سال قائم رہی اور اس نے مجھے بہت تکالیف دیں بالآخر طلاق ہوگئی۔ اس کے بعد لوگوں نے مجبور کیا کہ دوسری شادی کرلو۔ جاننے والے لوگوں نے شادی کرائی لیکن وہ شخص میری کثیر رقم اور زیورات لے کر ایسا غائب ہوا کہ آج تک نام ونشان تک نہیں ملا۔

میرے گھر والوں نے مجھے پوچھنا چھوڑ دیا ہے شاید یہ والدین کی بات نہ ماننے کی سزا ہے۔ ویسے میں کسی کی محتاج نہیں لیکن میرا اپنا گھر نہیں ہے اور خوشیوں سے محروم ہوں۔ کوئی مخلص چاہنے والا نہیں ہے۔ میرے لیے درس میں بھی دعا کرادیں۔ **(ک خ...... ہالینڈ)**

جواب: سکون اور محتاجی سے نجات کیلئے اللہ پر یقین قائم رکھیں اور یہ نہ سمجھیں کہ دنیاوی ذرائع آپ کو ہمیشہ اور ہر طرح کا تحفظ مہیا کرسکیں گے۔ سب طرف سے ذہن ہٹا کر یہ فکر مستحکم کریں کہ اللہ تعالیٰ جس طرح چاہیں گے آپ کیلئے آسانی مہیا فرمادیں گے۔ آپ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ بِرَحْمَتِکَ اَسْتَغِیْثُ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے رحم وکرم کی دعا کیا کریں۔

ہمارے ہاں قبائلی جھگڑے بہت ہیں۔ ہمارے خاندان میں بھی ایک ایسے تنازع کو بیس سال ہوگئے ہیں۔ اس تنازع میں

قبائلی جھگڑے

ہمارے اور مخالفین کے سات آدمی قتل ہوچکے ہیں اور صلح کے آثار نہیں ہیں ہم اس صورت حال سے پریشان ہیں اور ایک سال سے گاؤں سے باہر قدم نہیں نکالا ہے۔ اس صورتحال سے نکلنے کیلئے ہمیں کیا کرنا چاہیے۔ **(عمران خان، جیکب آباد)**

جواب: کسی سمجھدار اور نیک شخص کے ذریعے دونوں طرف کے لوگوں کو سمجھایا جائے کہ اس طرح کی دشمنیاں اللہ ورسول ﷺ کی تعلیمات کے تحت خلاف ہیں۔ جہاں تک ہوسکے آپ اپنی طرف سے لچک اور ایثار کا مظاہرہ کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کے ایثار کا صلہ ضرور عطا کرے گا۔ اس طرح یہ کھلا دروازہ ہمیشہ کیلئے بند ہوجائے گا۔ اس کے ساتھ ساتھ نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار یَاحَکِیْمُ اور نماز فجر کے بعد سورۂ یٰسین ایک بار پڑھ کر دعا کیا کریں۔ کوششوں کے نتائج ظاہر ہونے تک انہی وظائف پر عمل کریں۔

ورم معدہ کا آسان علاج

اگر معدہ میں ورم آگیا ہو تو ایسی حالت میں مقام معدہ پر دودھ کی تکمید نہایت ہی مفید ہے۔ کھانے کیلئے چوبیس گھنٹے تک دودھ اور دودھ سے بنی ہوئی اشیاء کے سوا کچھ نہیں کھانا چاہیے۔ بعدازاں دودھ چاول، کھچڑی اور پھر آہستہ آہستہ روٹی وغیرہ کھانی چاہیے۔ اس طرح ورم معدہ صرف چوبیس گھنٹوں میں ہی ختم ہوجائے گا۔ یہ نسخہ میرا آزمایا ہوا ہے اور میں نے جس کسی کو بھی دیا اُسی کو فائدہ ہوا۔ **(عائشہ، لاہور)**

دگنا ثواب

آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو کوئی عرفہ کے دن غسل کرتا ہے تو اس کے جسم سے جتنے قطرے پانی کے گرتے ہیں اتنے مہینوں کی عبادت کا ثواب اللہ تعالیٰ اس غسل کرنے والے کو عنایت فرماتے ہیں۔

عرفہ اور امت کی بخشش

ایک بار عرفہ کے دن حضرت جبرئیل علیہ السلام نے خدمت نبوی ﷺ میں حاضر ہوکر پیام الٰہی پہنچایا کہ اللہ نے تمام حاجیوں کو بخش دیا آپ ﷺ نے آبدیدہ ہوکر فرمایا اور جو حج کو نہیں آئے ان کا کیا حال ہوگا پھر فرمان الٰہی آیا کہ آپ آبدیدہ نہ ہوں میں نے آپ ﷺ کی امت کو بخش دیا۔ یہاں تک کہ جس کے دل میں ذرہ برابر بھی ایمان تھا اس کو بھی میں نے آج کے دن بخش دیا۔ **(بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ)**

گرتے بالوں اور خشکی کیلئے بہترین ٹوٹکہ

انہوں نے کہا اس کے کان میں ''امرت دھارا'' جو کہ وہ ہر آنے والے مریض کو بطور دوا دیتے ہیں کے 3,2 قطرے کان میں ڈال کر اوپر سے سرسوں کے تیل کے 3,2 قطرے ڈال دو۔ ماشاء اللہ ایک ہفتہ کے بعد کان الحمدللہ ٹھیک ہوگیا

(مسز اشرف' سمن آباد لاہور)

ہوا کچھ یوں کہ میرے بیٹے عبداللہ (جس کی عمر اس وقت ماشاء اللہ ساڑھے 13 سال ہے) کے کان کے اوپر ایک موٹی سوئی کے برابر پیدائشی سوراخ ہے جب اس کی عمر 4 سال ہوئی تو اس کا کان مسلسل خراب رہنے لگا۔ ہر 7,6 ماہ بعد سوراخ اور کان کے اندر سے ریشہ اور گندا مواد نکلنا شروع ہوجاتا جس سے بچہ ہفتہ' دس دن تک مسلسل تکلیف میں رہتا۔ شیخ زید ہسپتال سے دوائی اور ڈراپس وغیرہ استعمال کروائے جاتے جس سے وقتی فائدہ ہوتا۔ ہر چھ سات ماہ بعد اس کا ڈاکٹری علاج ہوتا رہا۔ (تقریباً چار سال تک) آخر ڈاکٹروں نے مزید معائنہ کے بعد تجویز کیا کہ اس کے کان کے اندر کی ایک حساس نالی خراب ہوچکی ہے آپریشن کے ذریعے نئی ڈالی جائے گی۔ اب رمضان میں تین چار دن باقی تھے اور آپریشن بھی ٹھیک رمضان کے شروع میں ہونا تھا' میں سخت پریشان ہوئی کہ اے میرے مولا! میں نے تو رمضان کا سارا وقت تیرے لیے رکھا ہوتا ہے' یہ تیرا افضل مہینہ اور میں کچھ بچے کیساتھ ہسپتال میں گزاروں؟ بس تو اس کو شفاء دے دے۔ صدقہ دیا' صلوٰۃ الحاجت پڑھی (الحمدللہ تب سے آج تک گھر میں خدانخواستہ بیماری آ بھی جائے تو میرا میرے شوہر کا یہی عمل ہے' چھوٹے بچے کو 105 تک بخار تھا اللہ نے بغیر دوائی کے فضل کیا سب بچوں بڑوں کیلئے یہی عمل کرتی ہوں اور دوسروں کو بھی اسی عمل پر لانے کی کوشش کرتی ہوں میرا اللہ ہمیں شفاء دیتا ہے)۔ اگلے دن مجھے اپنی بیماری (سانس' بلغم' تیزابیت وغیرہ) کیلئے فیصل آباد میں محترم جناب صوفی سرور نقشبندی صاحب کے پاس کسی نے دم کروانے کیلئے جانے کو کہا جو کہ فیصل آباد میں شوگر کے دم کیلئے مشہور ہیں۔ میرا بیٹا بھی اس وقت میرے ساتھ گیا۔ صوفی صاحب سے اس کے کان کا تذکرہ کیا۔ انہوں نے کہا اس کے کان میں ''امرت دھارا'' جو کہ وہ ہر آنے والے مریض کو بطور دوا دیتے ہیں کے 3,2 قطرے کان میں ڈال کر اوپر سے سرسوں کے تیل کے 3,2 قطرے ڈال دو۔ ماشاء اللہ ایک ہفتہ کے بعد کان الحمدللہ ٹھیک ہوگیا۔ بعد میں تین سال تک صرف برسات میں ایک دو دن یہی نسخہ استعمال کرواتی رہی۔ الحمدللہ اب تقریباً چھ سال کا عرصہ ہوگیا میرے بیٹے کا کبھی کان درد نہیں ہوا۔ میرے اللہ نے شفاء دی دی الحمدللہ۔

گرتے بالوں اور سر کی سکری خشکی کیلئے مجرب عمل: 2 عدد لیموں کا رس نکال کر بالوں کی جڑوں میں لگا کر اچھی طرح مساج کریں اور آدھا گھنٹہ بعد سرسوں کے تیل کا مساج کریں۔ اس کے بعد اچھی طرح باریک کنگھی کریں اس سے سر کی تمام سکری کنگھی کیساتھ باہر آجائے گی اور کنگھی سے جڑوں کا مساج ہوکر دوران خون درست ہوجائے گا۔ بعد میں غسل کریں انشاء اللہ ایک ہفتہ کے اندر بال گرنا بند اور سکری کا خاتمہ ہوجائے گا۔ یہ عمل گرمیوں میں ایک دو دن بعد اور سردیوں میں 5,4 دن بعد کریں۔ مرض ختم ہونے تک کرتے رہیں اور اس کے بعد بھی ہفتہ میں ایک بار یہ عمل ضرور دہرائیں۔

بھینسوں کی شوگر کا عجیب وغریب نسخہ

(ذکیہ اقتدار' بہاولنگر)

آج بار بار دروازہ دیکھ رہی ہوں میری جو خدمت کیا کرتی ہیں وہ نہیں آئیں۔ یہ تو چھ بجے میرے گھر موجود ہوتیں' کبھی دیر نہیں کرتیں' اللہ خیر کرے' 8 بجے بیل دی' گیٹ کھولا تو وہ آگئیں' سلام کے بعد پوچھا آج اس قدر دیر کیوں کردی؟ کہنے لگیں دو چار کسانوں کی بھینسیں بیمار تھیں' انہیں نسخہ دینے گئی تھیں' نسخہ نہ دیتی تو لاکھ لاکھ کی بھینس مرجاتی' غریب کسان مجھے دعائیں دیں گے' میں انہیں آپا جی کہتی ہوں' آپا جی آپ یہ نسخہ مجھے لکھوادیں میں عبقری میں بھیج دوں گی۔ پھر بہت سارے کسانوں کی بھینسیں شفایاب ہوں گی۔ وہ سب آپ کو دعائیں دیں گے۔ اس بیماری کے تین نام ہیں۔ موری بھی کہتے ہیں بھینس کی شوگر' دم کا پھوڑا بھی' یہ بیماری بھینس کی دم میں ہوجاتی ہے' دم میں کیڑے پڑجاتے ہیں' وہ کیڑے اس قدر زہریلے ہوتے ہیں کہ بھینس کی دم گل جاتی ہے اور خود ہی کٹ کٹ کر گرنے لگتی ہے۔ بھینس بہت تکلیف میں ہوتی ہے۔ اس کا دودھ قابل استعمال نہیں ہوتا۔ اگر اس کا علاج نہ کروائیں تو یہ بہت جلدی مرجاتی ہے جانوروں پر رحم کریں ان کا خیال رکھیں نسخہ لکھ لیجئے:۔

مدار یعنی آک کے پودے کے تازہ پتے تین کلو' پانی چار کلو' میٹھا سوڈا ایک چمچ' نمک لاہوری ایک چمچ۔ چار اشیاء ہیں۔ بڑا پتیلا لیں اس میں چاروں چیزیں ڈال دیں۔ آدھا گھنٹہ تیز آگ پر ابالیں۔ اب اس کو آگ پر سے اتارلیں۔ ٹھنڈا کریں' ٹھنڈے پانی کو لوٹے میں بھرلیں' اب بھینس کی دم کی جہاں سے ابتدا ہے اوپر کی طرف سے ڈالیں' نیچے کوئی برتن رکھ لیں' آپ کو معلوم ہوجائے گا۔ بھینس کی دم کے کیڑے گر رہے ہیں' تین دن یہ عمل دہرائیں۔ چوتھے روز یہ بھینس ٹھیک ہوجائے گی۔ ایک سوا ایک روپیہ صدقہ کریں' شکرانے کے بیس نفل مسجد میں ادا کریں' جب بھینس کا دودھ استعمال کریں بھینس ٹھیک ہونے کے بعد جب اس کا دودھ نکالیں تو سارا دودھ کسی غریب کو دے دیں۔ صبح اور شام کا۔ پھر خود استعمال کریں۔ یہ اعمال کرنے کے بعد بھینس زندگی بھر بیمار نہیں ہوگی۔ چارہ بسم اللہ پڑھ کر ڈالیں جب بھینس کو نہلائیں تو یَـا رَحْـمٰنُ پڑھتے رہیں کبھی کبھی پاؤ دودھ صدقہ کردیا کریں۔ بھینس کو جب شوگر پھوڑا ہوتا ہے یہ اچھوتی بیماری ہے یہ تمام جانوروں کو ہوجاتا ہے سب جانوروں کی شفاء کیلئے یہی نسخہ استعمال کریں۔ تین ماہ بعد بھینسوں کو اسی نسخے کے پانی سے نہلا دیا کریں۔

بچہ دودھ نہ پیتا ہو یا دودھ کم ہو

یہ نسخہ دودھ میں غذائیت بھی بڑھاتا ہے۔ **ھوالشافی:** زیرہ سفید دو تولہ' الائچی دانہ ایک تولہ' مغز کدو چھ ماشہ' مغز خیارین چھ ماشہ۔ **ترکیب استعمال:** تمام چیزوں کا سفوف بنا کر اس کی آٹھ خوراکیں بنالیں۔ ایک خوراک صبح' ایک خوراک شام ہمراہ نیم گرم دودھ۔ نہایت فائدہ مند نسخہ ہے۔ انشاء اللہ پہلی یا دوسری خوراک سے ہی دودھ بہت بڑھ جائیگا۔

دودھ پلانیوالی ماؤں کے بریسٹ میں اگر درد ہو

دودھ پلانے والی ماؤں کے بریسٹ میں اکثر درد ہوتا ہے یا زخم ہوجاتا ہے یا انفیکشن ہوجاتا ہے۔ عموماً یہ مسئلہ پہلے بچہ کے دوران ہوتا ہے تو اس کیلئے صرف تین دن کا تیر بہدف نسخہ حاضر ہے۔ **ھوالشافی:** سفید زیرہ آدھ پاؤ۔ **ترکیب استعمال:** آدھ پاؤ سفید زیرہ کی تین برابر خوراکیں بنالیں تین دن تک روزانہ ایک خوراک آدھا کلو دودھ میں ڈال دیں پھر اس دودھ کو آگ پر ابالیں جب دودھ ڈیڑھ پاؤ رہ جائے تو اتارلیں اور دوائی سمیت دودھ پی لیں۔ اسی طرح دوسرے دن اور تیسرے دن دوائی کھانی ہے۔ پہلی خوراک سے ہی انشاء اللہ فرق پڑیگا۔ **(ڈاکٹر شعیب ملک)**

چند قطروں سے نارمل ڈیلیوری ممکن ہے

ایسی خواتین ضرور پڑھیں جو آپریشن کے بغیر بچے کی ڈیلیوری سے عاجز ہیں یا پھر ان کی ڈیلیوری کیلئے آپریشن ضروری ہوتا ہے۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! اس مضمون کے لکھنے کی وجہ دراصل یہ بنی کہ آج 3/5/2011 میرے سامنے ڈاک آئی تو سب سے اوپر پرنسپل غلام قادر ہراج صاحب کا خط تھا دراصل انہوں نے مضمون کسی اور شعبے کا بھیجا تھا لیکن خط میں یہ لکھا تھا کہ ایک آزمودہ نسخہ ارسال ہے کہ عورت کو حمل کے نویں مہینہ کے شروع میں بادام روغن جو کہ خود نکلوایا ہوا ہو بازاری نہ ہو' گائے کے نیم گرم دودھ میں دس قطرے روزانہ شام کو پلائیں' انشاء اللہ ڈیلیوری نارمل اور آسانی ہوگی کسی آپریشن کی ضرورت نہ ہوگی۔ اگر کسی کو بادام روغن میسر نہ ہو تو گائے کے گھی کو گائے کے نیم گرم دودھ میں ملا کر پلائیں تو پھر اچھے رزلٹ ہیں اور اگر گائے کا دودھ نہ ملے تو بھینس یا بکری کا دودھ بھی استعمال کرسکتے ہیں۔ قارئین! یہ خط جب سامنے آیا تو میرے اپنے تجربات یک دم میرے ذہن میں گھومنے لگے۔ خیال آیا کہ کیوں نہ ایک ایسا مضمون لکھ دوں جو اس تجربے کی مزید وضاحت کردے۔ بہت ہی پرانی سی بات ہے میرے پاس ایک دیہاتی طرز کی دائی خواتین کی امراض کی دوائی لینے آتی اور ان کے فوائد پوچھتی پھر وہ خواتین کو جا کر دیتی ہر دوسرے' تیسرے دن وہ آتی بہت پرانی تجربہ کار تھی۔

چھوٹے چھوٹے آسان ٹوٹکوں سے وہ کام لیتی' جہاں ان پیچیدہ کیس آتا تو میرے پاس آتی کیس ڈسکس کرتی میں اس کا حل بتاتا علاج تدبیر اور دوائی دیتا اور اللہ پاک اس کے مریض صحت یاب کردیتا۔ وہ بہت اعتماد اور بھروسے سے آتی بہت عرصہ تک آتی رہی اسی دوران ایک دن وہ مجھ سے دوائی لینے آئی تو ایک خاتون ان سے پہلے مجھ سے دوائی لینے آئی بیٹھی تھی خاتون کہنے لگی کہ حکیم صاحب کوئی ایسی دوائی دیں کہ میری ڈیلیوری نارمل ہو یہ پانچواں بچہ ہونے کو ہے اب بھی ڈاکٹر کہتے ہیں کہ آپریشن ہوگا میں تو آپریشن کروا کروا کر تھک گئی ہوں لیکن آپریشن میرے لیے لازمی قرار دیا جاتا ہے بہت بچنے کی کوشش کی' بہت تدبیر کی لیکن ہر بار آپریشن کے بغیر بچے کی ڈیلیوری نہیں ہوتی۔ میں ابھی جواب دینا ہی چاہتا تھا کہ وہ دائی بولی یہ کونسی مشکل بات ہے۔ تم ایسا کرو کہ دس قطرے بادام روغن کے چوتھے مہینے کے بعد دودھ میں ڈال کر پینا شروع کردو' اگر اس کے پینے سے تمہیں اجابت کچھ زیادہ کھل کر آنے لگے تو ایک دو دن کا وقفہ کردو ورنہ لازم پینا شروع کردو اور پھر جو خاتون بھی ایسا کریگی میرا تجربہ ہے کہ اس کا بچہ گول مٹول خوبصورت ہوتا ہے اکثر بیٹا ہوتا ہے' صحت مند ہوتا ہے' سفید رنگ کا ہوتا ہے اور ڈیلیوری بالکل نارمل ہوتی ہے حتیٰ کہ یہ بادام روغن ایسے بچوں کیلئے بھی آزمایا گیا جو الٹے ہوتے ہیں اور ڈاکٹر کہتے ہیں کہ بچے الٹے ہیں اور ان کا علاج صرف اور صرف آپریشن ہے۔ وہ دائی یہ نسخہ بتا کر چلی گئی۔ کچھ ہی عرصے کے بعد وہ خاتون آئیں تو کہنے لگی کہ واقعی مجھے اس سے بہت فائدہ ہوا اور حیرت انگیز طور پر میری ڈیلیوری نارمل ہوئی اور آپریشن نہیں کرنا پڑا اور پھر خود ہی خاتون کہنے لگی میں نے کئی اور خواتین کو بھی بتایا کوئی ابھی استعمال کررہی ہے اور کچھ نے کیا ان کو بھی فائدہ ہوا۔ قارئین! یقین جانیے اس سے پہلے اس فارمولے کی مجھے خود خبر نہیں تھی ویسے بھی میں اپنے آپ کو سیکھنے والا سمجھتا ہوں میں کسی عام آدمی سے بھی سیکھتا ہوں اور اس کی بات پر غور کرتا ہوں میں نے لوگوں کو یہ بتانا شروع کردیا بلکہ ان لوگوں کو بھی بتایا جن کے کیس ڈیلیوری کے مسائل میں مبتلا نہیں ہوتے تھے یعنی ان کی ڈیلیوری ویسے ہی نارمل ہوتی تھی میں نے ان کو بھی بتایا شروع کردیا اور نتائج بہت مثبت ملنا شروع ہوئے۔

ایک صاحب میرے پاس آئے ان کی فیملی علاج کیلئے مستقل آتی تھی ان کی دو بیٹیوں کی اکٹھی شادی ہوئی اور اللہ پاک نے انہیں پہلے مہینے ہی دونوں کو ثمر بار کردیا مجھ سے فرمانے لگے کوئی احتیاط بیٹیوں کیلئے' تو میں نے انہیں بتایا کہ جتنا زیادہ حاملہ خواتین کام کاج کریگی' محنت کریگی' بھاگ دوڑ کریگی' اتنا زیادہ اس کا حمل محفوظ ہوگا' آج کل جو برا رواج ہے جسے حاملہ کیلئے بیڈ ریسٹ کہتے ہیں جو سب سے خطرناک رواج ہے جس سے اکثر آپریشن ہوتے ہیں' چربی بڑھ جاتی ہے' وین کا منہ بند ہوجاتا ہے اور بہت سے مسائل ہائی بلڈ پریشر کولیسٹرول اور چربی اور اس طرح کے اور مسائل بہت زیادہ ہوجاتے ہیں ہمارے دور میں خواتین گھر کا کام بھی کرتی تھیں' چکی بھی چلاتی تھیں' کپڑے بھی دھوتی تھیں اور بڑے بڑے گھر کے صحن کے جھاڑو بھی دیتی تھیں اور نارمل ڈیلیوری گھروں میں ہوتی تھی اور آج نارمل ڈیلیوری نہ ہونے کی بنیادی وجہ کام کاج اور مشقت سے گریز ہے اور دوسرا انہیں یہ مشورہ دیا کہ دس قطرے بادام روغن انہیں دودھ میں روزانہ پلانا شروع کردیں رات سوتے وقت ایک تو حاملہ کی جو قبض ہوتی ہے وہ نہیں ہوتی۔ دوسرا جی کا متلانا' طبیعت کی گھبراہٹ' اعصاب کا کھچاؤ' ٹانگوں میں درد وہ بھی نہیں ہوگا۔ انہوں نے ایسا کرنا شروع کردیا' ان کی فیملی میں اکثر لیڈی ڈاکٹر تھیں وہ اس چھوٹے سے ٹوٹکے سے حیران ہوئے اس سے کیا ہوگا اس کو تو آئرن فولاد اس قسم کی چیزیں دینی چاہئیں چونکہ اس ساری فیملی کو مجھ پر اعتماد تھا انہوں نے اور کچھ نہ دیا اور یہ ٹوٹکہ استعمال کرنا شروع کردیا اس فیملی میں پانچ خواتین حاملہ تھیں حیرت انگیز بات یہ ہے کہ ان میں دو بیٹیاں نارمل ڈیلیوری سے ہوئیں ایک خاتون جبکہ دو کو آپریشن کروانا پڑا اور وہ صاحب مجھ سے خود کہنے لگے کہ ہمارے ہاں اکثر آپریشن کا رواج ہے ویسے بھی ماڈرن معاشرے میں ڈیلیوری کیلئے آپریشن ایک رواج کی شکل اختیار کرگیا ہے۔ کہنے لگے اب اس چھوٹے سے ٹوٹکے پر اتنا اعتماد ہے کہ واقعی مجھے بچے خوبصورت تندرست صحت مند اور جب ڈیلیوری کے وقت بچوں کو تولا گیا تو عام بچوں سے ان بچوں کے وزن بہت بڑھے ہوئے تھے خود ڈاکٹر حیران ہوگئے اور جب ہم نے ڈاکٹرز اور لیڈی ڈاکٹرز کو یہ فارمولہ بتایا تو وہ حیران ہوئے کہ ہم نے بادام روغن کو کچھ بھی نہیں سمجھا تھا۔

قارئین! یہ ایک واقعہ نہیں اس طرح کے اور واقعات ہیں جو مجھے آج بیٹھے بٹھائے یاد آئے اور یہ امانت سمجھ کر عبقری کے قارئین تک پہنچانا چاہتا ہوں کہیں یہ امانت میں اپنے سینے میں لیکر قبر میں نہ چلا جاؤں۔ یقین جانیے بادام روغن کے دس قطرے دودھ میں ملا کر جس کو بھی استعمال کرنے کا مشورہ دیا چوتھے یا پانچویں بعض نے ساتویں' بعض نے آٹھویں مہینے کے بعد استعمال کیا لیکن اکثر نے چوتھے مہینے کے بعد جب بھی استعمال کرنا شروع کیا صحت مند بچہ اور صحت مند ماں یہ دونوں ان دس قطروں کے رزلٹ سے ہے۔ ابھی سال دو سال پہلے کی بات ہے کہ یورپ کی ایک فیملی میرے پاس علاج کیلئے آئی گزشتہ بیالیس سال سے وہ یورپ میں مقیم ہیں جب علاج کیلئے آئے تو کہنے لگے کہ کوئی ایسی دوائی یا دم دیدیں جس سے ہمارے بچے نارمل ہوں اکثر ہماری خواتین کو ڈیلیوری کیلئے آپریشن کروانا پڑتا ہے میں نے انہیں کہا یہ کوئی مسئلہ نہیں آپ بادام روغن اپنا نکلوالیں اور یہ ساتھ لے جائیں اور دس قطرے پلانا شروع کردیں انہوں نے یہ کام شروع کیا کچھ عرصے کے بعد ان کا فون آیا کہ اب تک ہمارے دو کیس نارمل ہوئے ہیں اور وہاں کے انگریز بہت بڑے سرجن کو ہم نے جب بتایا اور حیران ہوا اور اس نے فوراً اپنے اسسٹنٹ کو بادام کی ویب سائٹ کھولنے کا کہا اور جب اس نے ویب سائٹ کھولی اور بادام روغن کے فوائد دیکھے تو کہنے لگا واقعی اس کے فوائد ہیں اور اس نے باقاعدہ اس کا انتظام کیا کہ اپنا ایک سرکولیشن جاری کیا ایک نوٹس جاری کیا کہ بڑے بڑے ہسپتالوں میں حاملہ خواتین جب اپنے حمل کو ٹیسٹ کروانے آتی ہیں تو ان کو باقاعدہ حکم دیا جائے کہ وہ بادام روغن استعمال کریں (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

آپ کی منیجر بالکل درست کہتی ہے کہ آپ اپنی روش سے باز آجایئے کیونکہ کسی ہم جنس سے اس حد تک محبت کرنا قطعی مناسب نہیں۔ آپ کیلئے ہمارا مشورہ یہ ہے کہ آپ کو چاہے کہ آپ اپنا تبادلہ کروالیں یا اس ملازمت کو چھوڑ کر کسی اور جگہ ملازمت کرلیں

جدھر دیکھوں تو ہی تو ہے

میری عمر 19 سال ہے اور میں ایک پراجیکٹ پر کام کر رہی ہوں جہاں میرے ساتھ خواتین ہی کام کر رہی ہیں' وہاں ہماری ایک نئی منیجر جس کی عمر 24 سال ہے مجھے بہت اچھی لگنے لگی ہے' میں اس کا ہر کام کرنے لگی محض اس لیے کہ وہ میرے ساتھ میری نظروں کے سامنے رہے۔ ایک دن میں نے عید کا تحفہ خریدا اور ایک خط لکھ کر اس میں رکھ دیا اس خط میں میں نے اس سے اپنی والہانہ محبت کا اظہار کیا تھا۔ دوسرے دن وہ آئی تو بہت غصے میں تھی پھر اس نے مجھے پیار سے سمجھایا کہ تم ایسی حرکتیں مت کرو۔ تم ابھی بہت چھوٹی ہو مگر میں اپنے دل کا کیا کروں جو کسی طور مانتا ہی نہیں۔ میں تو اس سے ایسی محبت کرتی ہوں جیسی ماں اپنے بچے سے' ایک بہن اپنے بھائی اور ایک پجاری اپنے دیوتا سے کرتا ہے۔ خدا کے بعد اگر سجدہ جائز ہوتا تو میں اسے ضرور کرتی۔ صبح جب میری آنکھ کھلتی ہے تو میں اس کی تصویر خیالوں میں دیکھتی ہوں وہ مجھے کہتی ہے کہ تم پاگل ہو' سیدھی ہوجاؤ۔ آپ بتایئے کہ میں کیا کروں؟ اسے کیسے اپنا بناؤں۔ میں اچھی شکل وصورت کی لڑکی ہوں اور کئی لڑکے مجھے پسند کرتے ہیں مگر میں اس لڑکی کے سوا کسی سے محبت نہیں کرتی اور نہ پسند کرسکتی ہوں۔ **(زبیدہ' راولپنڈی)**

مشورہ: آپ کی منیجر بالکل درست کہتی ہے کہ آپ اپنی روش سے باز آجایئے کیونکہ کسی ہم جنس سے اس حد تک محبت کرنا قطعی مناسب نہیں۔ آپ کیلئے ہمارا مشورہ یہ ہے کہ آپ کو چاہے کہ آپ اپنا تبادلہ کروالیں یا اس ملازمت کو چھوڑ کر کسی اور جگہ ملازمت کرلیں ورنہ ذہنی ابتری کی شکار ہوجائیں گی کیونکہ کسی بھی چیز کی زیادتی نقصان دہ ہوتی ہے کسی کو پسند کرنا اور محبت کرنا الگ بات ہے لیکن اس محبت میں اس حد تک آگے بڑھ جانا کہ جدھر دیکھتا ہوں تو ہی تو ہے والی کیفیت طاری ہوجائے یہ اچھا شگون نہیں ہے۔

پہلے علاج کروائیں

میرا ایک چھوٹا بھائی دو سال قبل ڈیپریشن کا شکار ہوگیا' میں اس کو پیروں' فقیروں کے پاس لے گیا' تعویذ وغیرہ سے علاج کرایا مگر کوئی فرق نہیں پڑا اس کے بعد اسے مینٹل ہسپتال میں داخل کرادیا مگر پھر بھی وہ اچھا نہیں ہوا' کچھ لوگوں نے مشورہ دیا کہ اس کی شادی کردو' اس نے بھی شادی کی خواہش ظاہر کی مگر یہ بات میرے بس میں نہیں کیونکہ وہ جس جگہ رشتہ چاہتا ہے' وہاں شادی ہونا ممکن نہیں ہے' میں نے جس لڑکی سے شادی کی بات طے کی وہ اس جگہ شادی نہیں کرنا چاہتا' کبھی کہتا ہے کہ اچھا ٹھیک ہے اگر یہ لوگ راضی ہیں تو میں شادی کرلیتا ہوں میری سمجھ اس کی کوئی بات نہیں آرہی۔ **(ط۔ظ۔ ملتان)**

مشورہ: آپ نے اپنا نام تک نہیں لکھا' اگر اصل نام شائع نہیں کروانا چاہتے تھے تو آپ کوئی بھی فرضی نام لکھ دیتے بہرحال جہاں تک بھائی کی شادی کا تعلق ہے تو ہم آپ کو صرف یہ مشورہ دیں گے کہ آپ فی الحال اپنے بھائی کے دماغ کا علاج کرایئے اور کسی نفسیاتی کلینک سے رجوع کریں۔ ملتان میں بھی یقیناً کسی بڑے ہسپتال میں یہ سہولت ضرور ہوگی اگر نہ ہو تو پھر لاہور یا کراچی کے ماہرین نفسیات سے رجوع کریں' جب بھائی ذہنی طور پر بالکل نارمل ہوجائے تب اس کی شادی کا سوچئے گا ورنہ خواہ مخواہ کسی لڑکی کی زندگی خراب ہوگی۔

میڈیکل میں آتے ہی......!

میری عمر اکیس سال ہے اور میڈیکل سٹوڈنٹ ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ مجھ میں خود اعتمادی کی کمی ہے۔ بہت جلد گھبرا جاتی ہوں۔ ہر بار خود میں ول پاور پیدا کرنے کی کوشش کی مگر ناکام رہی۔ امتحان میں اتنی نروس ہوجاتی ہوں کہ باقاعدہ ٹانگیں کانپنے لگتی ہیں اور زبانی امتحان کے دوران میری زبان میرا ساتھ نہیں دیتی۔ اس وجہ سے میرے نمبر بہت کم آتے ہیں۔ میں نے انٹر تک ہمیشہ گریڈ ون حاصل کیا ہے مگر جب سے میڈیکل جوائن کیا ہے تب سے یکسوئی سے پڑھائی نہیں کی جاتی۔ میں بہترین ڈاکٹر بننا چاہتی ہوں میرا ارادہ پڑھائی کیلئے باہر جانے کا بھی ہے۔ میں اکثر روتی ہوں کہ یہ میرے ساتھ ہی کیوں ہورہا ہے؟ حالانکہ میری دوسری تمام بہنوں میں بہت اعتماد ہے۔ اکثر لوگ مجھے کہتے ہیں کہ تم بہت جلد گھبرا جاتی ہو۔ پڑھائی کیلئے کتاب کھولتی ہوں تو پڑھا نہیں جاتا مختلف قسم کے خیالات آتے رہتے ہیں۔ **(علیشاہ خان' ایبٹ آباد)**

مشورہ: آپ مستقبل کی ڈاکٹر ہیں اور الحمدللہ آپ بہت اچھی ڈاکٹر ثابت بھی ہوں گی اب جہاں تک خود اعتمادی کی کمی کا تعلق ہے تو اس کیلئے سب سے پہلے تو آپ یہ سوچنا چھوڑ دیجئے کہ آپ نروس ہوجاتی ہیں' گھبرا جاتی ہیں اور آپ میں اعتماد کی کمی ہے۔ آپ نے لکھا ہے کہ انٹر تک آپ بہترین طالب علم تھیں مگر میڈیکل میں آتے ہی اعتماد ختم ہوگیا اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ لاشعوری طور پر آپ کے ذہن پر یہ احساس حاوی ہوگیا ہے کہ میڈیکل کی پڑھائی بہت مشکل ہے' اسی لیے کتاب ہاتھ میں لیتے ہی پڑھائی سے دل اچاٹ ہوجاتا ہے۔ اسی طرح کلاس میں بھی آپ اسی لیے گھبرا جاتی ہیں اس خوف پر قابو پانے کیلئے پہلی ترکیب تو یہ کریں کہ بار بار ذہن میں دہراتی رہیں کہ مجھے میڈیکل میں اچھے نمبروں سے پاس ہونا ہے اور میں بھی دوسرے طالبعلموں کی طرح پراعتماد ہوں۔ رات کو سوتے وقت پانچ سات منٹ تک خود اکتسابی کی یہ مشق ضرور کریں اس سے بہت جلد خاطر خواہ فائدہ ہوگا اس کے علاوہ آپ تمام گھریلو اور نجی مصروفیات ترک کرکے دن اور رات کا زیادہ وقت پڑھنے میں صرف کریں۔ شروع شروع میں خیالات پریشان کریں گے مگر آپ ان پر توجہ نہ دیں۔ ایک ایک صفحے کو کئی بار پڑھیں اور پھر کتاب بند کرکے جو کچھ پڑھا ہے اسے اپنے ذہن میں دہرائیں اور اس وقت تک اس مضمون یا صفحے کو پڑھتی رہیں جب تک اس کا مفہوم آپ کے ذہن میں پوری طرح واضح نہ ہوجائے۔ اس ترکیب پر مسلسل عمل کرتی رہیئے کچھ ہی عرصے بعد آپ کو اپنا مسئلہ خود حل ہوتا نظر آجائے گا۔

آسان وظائف مگر تیر بہدف اور آزمودہ

ساجدہ شاہین، جہانیاں

دو رکعت صلوٰۃ الحاجت پڑھیں۔ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی اور دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پڑھیں پھر سلام پھیر کر ایک سانس میں جتنی بار ممکن ہو یاھادی کا ورد کریں۔ سانس ٹوٹنے کے بعد سجدے میں جا کر اپنی حاجت پیش کریں

سورۃ الاخلاص کا مجرب عمل

باوضو قبلہ رخ بیٹھ کر ایک ہزار ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھیں پہلی مرتبہ پڑھنے سے پہلے پوری بسم اللہ پڑھیں پھر باقی بغیر بسم اللہ کے پڑھیں، عمل کے اول آخر سات سات مرتبہ درود شریف پڑھ لیں آخر میں اپنے مطلب کیلئے دعا کریں بہت طاقتور عمل ہے۔ بعض نے اس کو ''اسم اعظم'' قرار دیا ہے۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کا مجرب عمل

اول وآخر سات سات مرتبہ درود شریف جائے نماز پر قبلے کی طرف منہ کر کے بیٹھیں۔ 1000 مرتبہ پوری بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ پڑھ کر پھر دو رکعت نماز پڑھیں۔ پھر اپنی حاجت کیلئے دعا کریں۔ اس طرح یہ عمل بارہ مرتبہ دہرائیں اس طرح کل بارہ ہزار بار بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کی تلاوت ہوگی اور بارہ مرتبہ دو رکعت نماز اور بارہ مرتبہ دعا ہوگی اور دعا میں ہر بار ایک حاجت یا دو تین حاجتیں پیش کریں اس سے زیادہ نہیں۔ یہ عمل بے حد مؤثر اور مفید ہے۔ ناجائز کاموں اور نہ ہی مکروہ اور فضول کاموں کیلئے ہرگز نہ کریں۔

یَاهَادِیُ کا مجرب عمل

دو رکعت صلوٰۃ الحاجت پڑھیں۔ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی اور دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پڑھیں پھر سلام پھیر کر ایک سانس میں جتنی بار ممکن ہو یَاهَادِیُ کا ورد کریں۔ سانس ٹوٹنے کے بعد سجدے میں جا کر اپنی حاجت پیش کریں۔ انشاءاللہ مراد ضرور پوری ہوگی۔ اول وآخر درود شریف سات سات مرتبہ ضرور پڑھیں۔

جب ظاہری تدبیر کارگر نہ رہے

جب کوئی ظاہری تدبیر کارگر نہ رہے تو نماز تہجد کے بعد ایک سو ایک بار یہ آیت شریف خشوع وخضوع کے ساتھ پڑھیں۔

اِنَّ اللّٰهَ لَقَوِیٌّ عَزِیْزٌ (حج 40)

ہر قسم کی بیماری سے نجات

ہر قسم کی بیماری کیلئے روزانہ فجر کی نماز کے بعد 21 دن باوضو حالت میں 21 مرتبہ آیت کریمہ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں انشاءاللہ بہت جلد مرض میں افاقہ ہوگا

مشکل کا آخری حل

ایسی مشکل جو اچانک آن پڑی ہو اور اس کے حل کا کوئی امکان نظر نہ آتا ہو تو چاہیے کہ نماز عشاء کے بعد قبلہ رخ ہو کر بیٹھے اور پہلے 41 مرتبہ درود شریف پڑھے پھر سجدے میں سر رکھ کر 21 مرتبہ آیت کریمہ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ پڑھے اس کے بعد اپنی مشکل کیلئے دعا کرے بفضل باری تعالیٰ بہت جلد مشکل آسان ہوگی جب تک کام نہ بنے پڑھتا رہے۔

حاجت پوری کرنے کیلئے

جائز ہر طرح کی حاجت کیلئے روزانہ نماز عشاء کے بعد قبلہ رخ بیٹھ کر ستر مرتبہ یہ پڑھے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ بِحَقِّ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ ہر ایک بار پڑھنے کے بعد بارگاہ الٰہی میں اپنا مطلب بیان کریں اس طرح ستر مرتبہ پڑھے 40 روز پڑھے۔ اول وآخر درود پاک ضرور پڑھے۔

آنکھوں کی پھنسیاں دور کرنے کا کامیاب ٹوٹکہ

میری بیٹی اور چھوٹے بیٹے کی آنکھوں میں ہر سال پھنسی نکلتی تھی۔ آنکھ میں پھنسی کا نکلنا بڑا تکلیف دہ مرحلہ ہوتا ہے۔ میں نے اپنے بچوں کا ہر جگہ سے علاج کروایا لیکن بچوں کی آنکھوں میں آرام نہیں آیا۔ ایک دن میں چھٹیوں میں راولپنڈی گئی ہوئی تھی میرے بچوں کو ان دنوں بھی آنکھوں میں پھنسیاں نکلی ہوئیں تھیں۔ میری امی نے دیکھا اور کہا کہ یہ بچوں کی آنکھوں کا بیڑا غرق کیا ہوا ہے۔ میں ابھی ایک ٹوٹکہ کرتی ہوں تمام زندگی کبھی بھی پھنسی نہیں نکلے گی۔

ٹوٹکہ: لہسن کی سات عدد جوئے لیں پھر ایک جو لیکر چھیل کر پھنسی پر سات دفعہ چھونا ہے اور جوئے کو بانس کی جھاڑو کا ایک تیلا لیکر اس میں پرو دینا ہے۔ اس طرح سات جوئے سات سات دفعہ چھو کر تیلے میں پھیرنے ہیں جب ساتوں جوئے تیلے میں پرو دیں تو پھر اس تیلے کو چھت پر ایسی جگہ پھینکنا ہے جہاں پر دھوپ زیادہ آتی ہو اور کوئی اس کو اٹھا نہ سکے۔ جوں جوں جوئے خشک ہوں گے اسی طرح آنکھوں کی پھنسی ختم ہوجائیگی اور تمام عمر آنکھوں میں پھنسی نہیں نکلے گی۔ واقعی جب یہ ٹوٹکہ کیا تو میرے بچوں کی آنکھوں کی پھنسیاں ختم ہوگئیں اور دوبارہ نہیں نکلیں۔ یہ آزمایا ہوا نسخہ ہے۔ (ناصرہ پروین)

حیاء ایمان کی شاخ

اللہ تعالیٰ کے احکامات اور اس کے رسول حضور نبی کریم ﷺ کی تعلیمات کی روشنی میں

اے نبی (ﷺ) مومن مردوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نظریں بچا کر رکھیں اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کریں۔ (النور 30) اے نبی مومن عورتوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نظریں بچا کر رکھیں اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کریں اور بناؤ سنگھار نہ دکھائیں بجز اس کے جو خود ظاہر ہوجائے اور اپنی سینوں پر اپنی اوڑھنیوں کے آنچل ڈالے رکھیں۔ (النور 31) ☆اے نبی! (ﷺ) اپنی بیویوں، بیٹیوں اور اہل ایمان کی عورتوں سے کہہ دیں کہ اپنے اوپر اپنی چادروں کے پلو لٹکا لیا کریں۔ (الاحزاب 59) ☆شیطان تمہیں تنگدستی سے ڈراتا اور بے حیائی کی راہ سمجھاتا ہے۔ (البقرہ 267) ☆اور بے حیائی کے جتنے طریقے ہیں ان کے پاس بھی مت جاؤ، خواہ وہ اعلانیہ ہوں یا پوشیدہ ہوں۔ (الانعام 151) ☆حیاء ایمان کی ایک شاخ ہے اور ایمان کا مقام جنت ہے اور بے حیائی و بے شرمی بدی میں سے ہے اور بدی کا مقام دوزخ ہے بے حیائی جس چیز میں بھی ہوتی ہے اسے عیب دار بنا دیتی ہے اور حیاء جس شے میں بھی ہوتی ہے اسے زینت دیتی ہے۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرمایا کرتی تھیں کہ جب سورۃ النور کی آیت نازل ہوئی ترجمہ: اور اپنے سینوں اور اپنی اوڑھنیوں کے آنچل ڈالے رکھیں تو (مہاجر خواتین نے) اپنے تہہ بند لیے اور انہیں کناروں کی طرف سے پھاڑ کر ان سے اپنے سینوں کو ڈھانپ لیا۔ ☆حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کی بھتیجی حفصہ بنت عبدالرحمان ام المومنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس آئیں اور وہ باریک اوڑھنی اوڑھے ہوئے تھیں حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے اس باریک اوڑھنی کو پھاڑ ڈالا اور حفصہ کو ایک موٹی اوڑھنی اوڑھا دی۔ ☆حضرت ابوہریرہؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ وہ عورتیں جو لباس پہنیں (مگر اتنا باریک یا ناکافی لباس پہنیں کہ پہن کر بھی گویا) عریاں ہیں، خود بھی حق سے ہٹیں ہوئی ہیں اور (خاندوں یا دوسرے لوگوں کو بھی) حق سے ہٹاتی ہیں (یا خود دوسروں پر مائل ہوتی ہیں اور اپنے ناز و انداز سے دوسروں کو اپنی طرف مائل کرتی ہیں) وہ جنت میں داخل نہیں ہوں گی اور اس کی خوشبو بھی نہیں پائیں گی حالانکہ جنت کی خوشبو پانچ سو برس کی مسافت سے آتی ہے۔ **(صفحہ 152)**

(مزید ایسے اصلاحی اور روحانی واقعات حاصل کرنے کیلئے ''معرفت کے متلاشی'' کتاب کا مطالعہ کریں)

بچوں کا صفحہ

مل جل کر رہنے میں فائدہ

مصباح حیات' لاہور

رات ہوتے ہی اس نے درخت پر چڑھ کر طوطے کے گھونسلے میں ہاتھ ڈالا' طوطا جاگ رہا تھا وہ انسان کی بو سے سمجھ گیا کہ نعیم کے سوا اور کوئی نہیں ہے اس نے نعیم کے ہاتھ پر زور سے کاٹا اور چلانے لگا تا کہ چڑیا بھی ہوشیار ہوجائے

نعیم کے گھر کے پیچھے ایک باغیچہ تھا وہاں ایک درخت کی شاخ پر دو پرندوں کے گھونسلے تھے۔ ایک چڑیا کا دوسرا طوطے کا۔ یہ چڑیا اور طوطا پاس پاس رہتے تھے مگر دونوں میں زیادہ جان پہچان نہیں تھی۔ ایک دن طوطے نے دیکھا کہ چڑیا اپنے گھونسلے میں بیٹھی رو رہی ہے کچھ دیر تک تو وہ اس کے رونے کی آواز سنتا رہا۔ آخر جب اس سے رہا نہ گیا تو وہ چڑیا کے گھونسلے کے پاس گیا اور بولا۔

بہن......! کیا بات ہے کیوں رو رہی ہو' کیا میں تمہاری مدد کرسکتا ہوں؟

چڑیا نے کہا بھائی......! کیا بتاؤں میرے گھونسلے سے کوئی میرا بچہ اٹھا کر لے گیا ہے۔

طوطا بولا یہاں سے کون لے جاسکتا ہے اتنے برس ہوگئے ہیں یہاں رہتے ہوئے مگر آج تک ایسا نہ ہوا۔ طوطا اپنے گھونسلے میں چلا گیا لیکن چڑیا کو طوطے کی یہ بات بری لگی اور وہ دل میں بڑبڑانے لگی اور چڑے کا انتظار کرنے لگی جو بچہ ڈھونڈنے گیا تھا۔ دوسرے دن چڑیا نے دیکھا طوطا اپنے گھونسلے میں بیٹھا رو رہا ہے چڑیا اڑ کر طوطے کے پاس گئی طوطے بھائی کیا ہوا' کیوں رو رہے ہو؟

طوطے نے کہا......! بہن......! آج کوئی میرا بچہ اٹھا کر لے گیا ہے۔

چڑیا بولی......! بھائی گھبراؤ مت اس کے پر آئے ہیں کہیں اڑ گیا ہوگا' چڑیا اپنے گھونسلے میں جابیٹھی طوطے کو بہت برا لگا' مگر کیا کرتا کل اس نے بھی چڑیا کے ساتھ ایسا ہی برتاؤ کیا تھا۔ اس حادثے کو گزرے بہت دن ہوگئے' چڑیا اور طوطے کے یہاں انڈوں سے بچے نکل آئے۔

ایک دن چڑیا اپنے گھونسلے میں اپنے بچے کو پیار کررہی تھی' طوطے نے چڑیا کے گھونسلے کے پاس جاکر اسے آواز دی۔

چڑیا بہن ...... چڑیا بہن ....! چڑیا بہت خوش ہوئی اور باہر آکر کہا...... آؤ طوطے بھائی بیٹھو...... آج ہماری یاد کیسے آگئی......؟

طوطے نے کہا......! یہاں آس پاس ایک لڑکا نعیم رہتا ہے وہی ہمارے بچے چراتا ہے' میں نے اسے آتے جاتے اور چکر لگاتے ہوئے دیکھا ہے اس لیے پریشان ہوں۔ چڑیا بھی پریشان ہوگئی پھر دونوں نے سوچا کہ جگہ بدل دیں مگر اتنے برسوں سے وہاں رہ رہے تھے اس لیے خواہش کے باوجود وہ جگہ نہ بدل سکے۔ آخر دونوں نے فیصلہ کیا کہ جب چڑیا بچوں کیلئے دانہ لینے جائے تب طوطا دونوں گھونسلوں کی حفاظت کرے گا اور جب طوطا دانے کی تلاش میں جائے گا تب چڑیا دونوں گھونسلوں کی حفاظت کرے گی۔ نعیم نے جب یہ دیکھا کہ دن میں طوطے اور چڑیا دونوں میں سے ایک نہ ایک ضرور بیٹھا رہتا ہے تو فیصلہ کیا کہ وہ بچے چرانے کا کام رات میں کرے گا۔

رات ہوتے ہی اس نے درخت پر چڑھ کر طوطے کے گھونسلے میں ہاتھ ڈالا' طوطا جاگ رہا تھا وہ انسان کی بو سے سمجھ گیا کہ نعیم کے سوا اور کوئی نہیں ہے اس نے نعیم کے ہاتھ پر زور سے کاٹا اور چلانے لگا تا کہ چڑیا بھی ہوشیار ہوجائے۔ نعیم کو بڑا غصہ آیا مگر کیا کرتا اس کے ہاتھ سے خون بہنے لگا' وہ درخت سے نیچے اتر گیا اور گھر کی طرف چل دیا۔

دوسرے دن صبح چڑیا نے طوطے سے پوچھا ''تم رات کو کیوں چلا رہے تھے؟'' طوطے نے ساری بات بتادی۔ دونوں بڑے غمگین ہوئے' اسی غم میں اس دن انہوں نے کچھ کھایا پیا بھی نہیں اور جب شام ہوگئی تو پھر رونے لگے۔ طوطے اور چڑیا کی رونے کی آوازیں سن کر اُسی درخت پر رہنے والی چمگادڑ کی نیند اچاٹ ہوگئی۔

اس نے پوچھا......! کیوں دوستو......! کیوں رو رہے ہو؟؟؟ تمہارا تو سونے کا وقت ہو چکا ہے۔

ہم اس لیے رو رہے ہیں............! طوطے اور چڑیا نے ساری بات بتادی۔

چمگادڑ نے تسلی دیتے ہوئے کہا گھبراؤ مت میں تمہاری مدد کروں گی لیکن تمہیں بھی میری مدد کرنی ہوگی' بولو تیار ہو؟ چڑیا اور طوطا فوراً راضی ہوگئے تب چمگادڑ نے بتایا وہ شرارتی لڑکا مجھے بھی تنگ کرتا ہے میں دن میں جب الٹا لٹک کر سوتی ہوں تو وہ پتھر مارتا ہے چمگادڑ نے اپنے زخم دکھائے پھر کہا کہ میں رات میں تمہاری حفاظت کروں گی اور دن میں تم میری حفاظت کرنا۔

طوطے اور چڑیا نے چمگادڑ کا شکریہ ادا کیا اور مطمئن ہوکر سوگئے لیکن ابھی رات کے نو ہی بجے ہونگے کہ نعیم بڑی آہستگی سے باغ میں داخل ہوا اور درخت پر چڑھنے لگا۔ طوطے اور چڑیا کی آنکھ کھل گئی چمگادڑ نعیم کی حرکتیں دور سے دیکھ رہی تھی آج نعیم اپنے ساتھ ڈنڈا لایا تھا کہ طوطے کی مرمت کرسکے جس نے اسے کاٹ کھایا تھا لیکن وہ ابھی طوطے پر ڈنڈا چلا بھی نہیں پایا تھا کہ چمگادڑ اس کی ناک پر چپک گئی' نعیم زور زور سے چلانے لگا۔

مگر وہاں کون تھا جو اس کی سنتا۔ نعیم جیسے تیسے درخت سے نیچے اترا اور گھر کی راہ لی۔ طوطا اور چڑیا اپنے اپنے گھونسلوں میں بیٹھے یہ تماشا دیکھ رہے تھے۔ تھوڑی دیر بعد چمگادڑ لوٹ آئی اس نے بتایا کہ نعیم کے گھر والوں کی آنکھ کھل گئی اور اتنی رات گئے باہر جانے پر نعیم کو خوب سزا بھی ملی۔ چمگادڑ نے طوطے اور چڑیا کو خوشی سے تسلی دیتے ہوئے کہا......! اب وہ ہماری طرف رخ بھی نہیں کرے گا۔ مل جل کر رہنے میں فائدہ ہی فائدہ ہے۔

بچو......! اگر ہم بھی ان پرندوں کی طرح مل جل کر رہیں تو ہم بھی فائدہ حاصل کرسکتے ہیں اور ہر پریشانی سے بچ سکتے ہیں۔

اور دیکھا بچو......! دوسرا فائدہ مل جل کر رہنے کا یہ بھی ہوگا کہ جو بچے ابھی چھوٹے ہیں وہ جب بڑوں کو ایک دوسرے کے دکھ درد میں ساتھی بنتا دیکھیں گے تو وہ بھی بڑے ہوکر آپس میں یہی معاملہ کریں گے' ہم بھی طے کرلیں کہ ایک دوسرے کے کام آئیں گے مل جل کر رہیں گے اس سے کسی تیسرے شخص کو ہمیں نقصان پہنچانے کی ہمت نہیں ہوگی اور بچو آپس میں مل جل کر رہنے کا ایک کامیاب طریقہ یہ بھی ہے کہ چھوٹی چھوٹی اور معمولی باتوں پر ایک دوسرے سے ناراض نہ ہوا جائے بلکہ بات صاف کرکے دل صاف کرلیا جائے ایک دوسرے کی شکایتیں نہ لگائی جائیں نہ ہی یہ ارادہ کیا جائے کہ بدلہ لوں گا۔

عبقری ادویات سے نقصان

عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس شکل میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ **حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کرلیں۔** (ادارہ)

چوڑیوں کی چھنک اور جنات کی آمد

مہرین، پشاور

شادی کے بعد سے بھابی کی عادت تھی شام 4 بجے روز میرے کمرے میں آتی تھی مجھے اس کی چوڑیوں سے پتہ چل جاتا کہ وہ آرہی ہیں۔ ایک دن گھر میں میں اکیلی تھی۔ بھابی بھی میکے گئی ہوئی تھی 4 بجے اس کے کمرے سے چوڑیوں کی آواز آنے لگی

4-5 سال کی عمر میں مجھے ایک خواب آتا تھا کہ ایک لڑکا میرے پیچھے بھاگ رہا ہے اور میں اس سے ڈر کر بھاگ رہی ہوں حالانکہ وہ مجھے کوئی نقصان نہیں پہنچاتا۔ یہ خواب کافی عرصہ آتا رہا۔ امی ایک عورت کے پاس لے گئیں انہوں نے آیۃ الکرسی پڑھنے کو کہا پھر وہ خواب تو بند ہوگیا مگر سچے خوابوں کا ایک سلسلہ شروع ہوگیا جو اب تک جاری ہے جو اشارہ خواب میں آتا ہے پھر ویسا ہی ہوتا ہے جیسے کہ کسی کی میت' بیماری' کوئی آنے والی مصیبت۔ 10 سال کی عمر میں ایک رات آندھی کی وجہ سے سیڑھیوں میں پڑا بہت بڑا شیشہ ٹوٹ گیا مجھے معلوم نہیں تھا اور میں اندھیرے میں ان شیشوں پر سے بغیر کسی تکلیف کے گزر گئی۔ میری امی حیران ہوکر کھڑی یہ سب دیکھ رہی تھیں مجھے نہیں پتا یہ کیسے ہوا۔

ایک دن یونیورسٹی سے واپسی پر میری طبیعت بہت خراب تھی' میں بس کا انتظار کررہی تھی مگر کوئی بس نہیں رکتی تھی رش کی وجہ سے۔ اچانک ایک بچہ جس نے سبز لمبی قمیض پہن رکھی تھی وہ ایک بس کے سامنے آکر کھڑا ہوگیا۔ بس رک گئی اس نے مجھے بس میں چڑھنے کا اشارہ کیا جب بیٹھنے کے بعد میں نے دیکھا تو وہاں کوئی نہیں تھا۔ پتا نہیں وہ بچہ کہاں سے آیا اور کہاں گیا۔

جس دن میں انٹری ٹیسٹ دے کر واپس اکیلی رکشے میں گھر جارہی تھی تو رکشے والے نے مجھے کہا تمہارا داخلہ میڈیکل میں ضرور ہوگا مگر اس داخلے کیلئے بہت مشکلات آئیں گی میں تمہیں جو پڑھنے کیلئے دے رہا ہوں وہ ضرور پڑھنا اور زندگی میں جب بھی کوئی مصیبت پڑے تو یہ پڑھنا۔ (رات کو 2 بجے تہجد اور پھر 6 رکعت نفل) اس کی بات سچ ثابت ہوئی میں نے ٹیسٹ تو پاس کرلیا مگر ابو نے مالی حالت کی وجہ سے میری سیٹ ساڑھے چار لاکھ میں بیچ دی' میں یہ عبادت بار بار کرتی رہی 10 دن تک آخر کار سب ٹھیک ہوگیا۔

2008ء میں میرے بھائی کی شادی ہوئی میرا سٹڈی روم جہاں میں اکثر سوتی بھی تھی وہ بھائی اور بھابی کو دیدیا گیا۔ بھابی کہتی تھیں روز خواب میں دو عورتیں آتی ہیں اور کہتی ہیں کہ تم اس کمرے سے نکل جاؤ یہ ہمارا کمرہ ہے بھابی کا وہاں رہنا محال ہوگیا۔ مجھے حیرت ہوئی کہ مجھے تو کبھی کسی نے اس کمرے سے نہیں نکالا تو اسے کیوں؟؟؟

شادی کے بعد سے بھابی کی عادت تھی شام 4 بجے روز میرے کمرے میں آتی تھی مجھے اس کی چوڑیوں سے پتہ چل جاتا کہ وہ آرہی ہیں۔ ایک دن گھر میں میں اکیلی تھی۔ بھابی بھی میکے گئی ہوئی تھی 4 بجے اس کے کمرے سے چوڑیوں کی آواز آنے لگی۔ مجھے پتا تھا کہ بھابی تو گھر میں نہیں ہے میں ڈرتی نہیں اور ویسے ہی بیٹھی رہی۔ آواز میرے کمرے کی طرف بڑھی اور آواز تیز ہوگئی۔ میں نے دروازہ نہیں کھولا۔ پھر چوڑیاں زور سے بجنے لگیں اور چاروں طرف سے آواز آنے لگی گویا کوئی بہت غصے میں ہو۔ میں نے پھر بھی دروازہ نہیں کھولا۔ آخر آواز دور ہوگئی اور پھر ختم۔

اس واقعے کے ایک ہفتہ بعد میں سو رہی تھی سحری کا وقت قریب تھا' مجھے لگا میں پانی میں ہوں اور کسی نے مجھے اتنے زور سے پکڑا ہے کہ میں اٹھ نہیں سکتی' میری آنکھیں کھلی تھیں مگر میں ہل نہیں سکتی تھی' میں نے ٹوٹی پھوٹی آیۃ الکرسی پڑھنا شروع کی۔ تھوڑی دیر بعد میں آزاد ہوگئی مجھے لگا خواب تھا مگر دیکھا تو میری قمیض کا پچھلا دامن پانی سے گیلا تھا۔ باقی پورا جسم سوکھا تھا۔ میں نے گھر والوں کو یہ بات بتائی۔ امی مجھے کسی جاننے والے کے پاس لے گئیں میں نے ان کو ساری پچھلی باتیں بتائیں تو وہ شخص مجھ پر ہنسنے لگا۔ انہوں نے میری باتوں کا کافی مذاق اڑایا۔ اُس دن کے بعد سے اُس رکشے والے کی بتائی ہوئی عبادت کا اثر ختم ہوگیا۔

2010 میں پشاور کے 4 دھماکوں میں میں بال بال بچ گئی کیونکہ میں ہمیشہ گھر سے نکلنے سے پہلے 3 بار آیۃ الکرسی پڑھتی ہوں سب حیران ہوتے ہیں کہ میں اتنے شدید دھماکوں میں کیسے بچ گئی۔

2010ء رمضان میں میں پہلی بار اعتکاف میں بیٹھی۔ شام کو جب میں قرآن کی تلاوت کررہی تھی تو میرے ہی کمرے میں اچانک ایک مرد کی آواز آنے لگی جو قرآن کی تلاوت کررہا تھا۔ میں ڈر کر بھاگ گئی' پھر حوصلہ کرکے واپس کمرے میں آئی تو آواز بند تھی۔ سمجھ نہیں آتی یہ سب کیا اور کیوں ہے؟؟؟

خواب کے آداب

حکیم ریاض حسین کھڑوال' میانوالی

نبی پاک ﷺ نے فرمایا: جب تم میں سے کوئی ناپسندیدہ خواب دیکھے تو بائیں جانب ہوجائے۔ اللہ تعالیٰ سے بھلائی کا سوال کرے

1۔ اچھے خوابوں کو پسند کرنا اور ان سے خوش ہونا۔ 2۔ بڑوں کا چھوٹے سے خواب معلوم کرنا۔ 3۔ مسجد میں خواب معلوم کرنا۔ 4۔ مسجد میں خواب کی تعبیر دینا۔ 5۔ تعبیر دیتے وقت دعاء ماثورہ کا پڑھنا۔ 6۔ فجر کے بعد خواب کی تعبیر دینا۔ 7۔ خواب کی کسی صالح صاحب الرائے اور اہل تعبیر سے تعبیر لینا۔ 8۔ خواب صالح یا اہل محبت سے ذکر کرنا۔ 9۔ اچھے خواب پر الحمدللہ کہنا۔ 10۔ برے خواب پر تعوذ پڑھنا۔ 11۔ پریشان کن خواب پر نماز پڑھنا۔ پریشان کن اور برے خواب کا کسی سے ذکر نہ کرنا۔

ذکر خواب کے آداب: احادیث مبارکہ سے اچھے خواب کے ذکر کے تین آداب معلوم ہوئے۔ ☆الحمدللہ کہے۔ اسے ذکر کرے۔ اس کی تعبیر کسی عالم خیر خواہ (واقف فن) سے لے۔

خواب کی تعبیر دیتے اور سنتے وقت کیا پڑھے

حضرت ضحاک جہنی رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ آپ ﷺ نے خواب سننے کے وقت پڑھا: ''خَیۡرٌ تَلۡقَاهُ وَشَرٌّ تَوَقَّاهُ وَخَیۡرٌ لَنَا وَشَرٌّ لِاَعۡدَآئِنَا وَالۡحَمۡدُ لِلّٰهِ رَبِّ الۡعَالَمِیۡنَ **(سیرۃ الصحابہ)** ترجمہ: ''تم کو بھلائی حاصل ہو' برائی سے محفوظ رہو' بھلائی ہمارے لیے برائی دوسروں کیلئے تعریف اللہ کیلئے جو ہر عالم کا مربی ہے۔''

اچھا خواب دیکھے تو کیا کرے؟: ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی پاک ﷺ نے فرمایا: جب تم میں سے کوئی ناپسندیدہ خواب دیکھے تو بائیں جانب ہوجائے۔ اللہ تعالیٰ سے بھلائی کا سوال کرے اس کی برائی سے پناہ مانگے **(ابن ماجہ)** ☆حضرت جابر رضی اللہ عنہ کی روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا: جب تم میں سے کوئی ناپسندیدہ خواب دیکھے تو بائیں جانب تھوک دے اور شیطان سے پناہ مانگے۔ **(اعوذ باللہ من الشیطن الرجیم)** پڑھے اور کروٹ بدل لے۔ **(ابوداؤد)**

بے اولاد متوجہ ہوں......!

حکیم صاحب پہلے میری اولاد نہیں تھی میں نے بسم اللہ کا وظیفہ کیا اللہ نے مجھے بیٹا دیا ہے۔ 12 ہزار دفعہ روزانہ 90 دن تک پورا کرنے سے جس طرح کی مشکل ہو اللہ دور کردیتے ہیں۔ **(ام عبدالجلیل' گجرات)**

قسمت کے کھیل میں دعا کا پوشیدہ کردار

نجانے وہ کونسی قبولیت یا قیامت کی گھڑی تھی آج اس واقعہ کو گزرے 29 سال ہو چکے ہیں لیکن میں ابھی تک ماں کے چہرے کے وہ تاثرات' وہ الفاظ فراموش نہیں کر سکا۔ میری والدہ نے منہ پر ہاتھ پھیرتے ہوئے کہا تھا

میری عمر اس وقت 55 کے لگ بھگ ہے' شادی شدہ اور 5 بچوں کا باپ ہوں' کپڑے کی صنعت کے ایک بہت بڑے گروپ سے وابستہ ہوں' عہدہ بھی اچھا ہے' معاشرے میں بہت سے لوگ میری پوسٹ اور نوکری پر رشک کرتے ہیں۔ لیکن شاید ہی کسی کو معلوم ہے کہ میری آمدنی انتہائی قلیل ہے۔ میں نے اس گروپ میں جس عہدے اور سیٹ پر کام شروع کیا تھا بیس سال گزرنے کے باوجود میں وہیں کا وہیں ہوں۔ میری تعلیم ایم اے ہے۔ قابلیت کی بھی کمی نہیں' صحت بھی اب تک قابل رشک ہے' اللہ نے بے شمار خوبیوں سے نوازا' میرا مطالعہ بھی خوب ہے۔ اپنے وقت کے معروف ڈیزائنرز سے تعریف کی سند تحریری طور پر مجھے ملی ہوئی ہے لیکن ان سب کے باوجود میرے مال میں برکت نہیں۔ میری قابلیت کو اللہ کی طرف سے شرف قبولیت نہیں ہوسکی اس کی وجہ جہاں تک میں جان سکا ہوں "ماں کی بددعا" ہے۔ میری ماں غصے کی بہت تیز تھیں۔ میں نے جب سے ہوش سنبھالا انہیں غصے میں والد صاحب سے لڑتے ہوئے ہی پایا۔ مجھے یاد نہیں پڑتا کہ کبھی انہوں نے مجھے پیار سے بلایا ہو یا کبھی ہمیں دعا سے نوازا ہو۔ لہٰذا رفتہ رفتہ ہم ان سے دور ہوتے چلے گئے۔ میں زیادہ تر وقت گھر سے باہر دوستوں میں گزارنے لگا۔ رفتہ رفتہ گھر سونے اور کھانے کا ٹھکانہ بن گیا۔ والدہ سے جھگڑا' بیزاری آہستہ آہستہ ہمارا معمول بن گیا۔

شاید یہ گھر سے فرار کی ایک کوشش تھی کہ بچپن ہی سے میں نے اپنے دل میں یہ ٹھان لی کہ میں نے اس ملک میں نہیں رہنا اور میں باہر ملک چلا جاؤں گا۔ میں نے صرف 22 سال کی عمر میں اپنا پاسپورٹ بنوالیا۔ ایک جاننے والا واقف کار مل گیا۔ اس نے کہا میں تمہیں انگلینڈ لے جاؤں گا۔ وہاں پر واقعی اس کا کاروبار تھا۔ میں اس بات سے بے حد سرشار تھا۔ خیال تھا چند روز میں ہمیشہ کیلئے اس ملک اور گھر سے چلا جاؤں گا۔ اس چکر میں اپنی جاری تعلیم بھی ادھوری چھوڑ دی۔ یاد رہے کہ یہ امن کا زمانہ تھا۔ یہ 1982ء کا ذکر ہے اس وقت تک کسی ملک میں جانا کوئی مشکل نہ تھا۔ انگلینڈ کا ابھی ویزہ بھی نہ شروع ہوا تھا۔ بس ٹکٹ اور تھوڑے سے ڈالر آپ کی جیب میں ہوں تو داخلہ ویزہ ایئرپورٹ پر ہی مل جایا کرتا تھا۔ آج کی طرح یہ قطعی مشکل نہ تھا۔ میری طرف سے تیاری سو فیصد مکمل تھی کہ اچانک نجانے کسی بات پر والدہ سے تلخی اور تکرار ہوگئی میں بھی غصے کا تیز' گستاخ اور زبان دراز واقع ہوا تھا والدہ کسی بات پر ڈانٹ رہی تھیں اور میں ترکی بہ ترکی جواب دے رہا تھا۔ والدہ نے کہا "تیرا ابھی سے یہ عالم ہے تو تُو باہر جا کر کب کسے یاد رکھے گا؟" میں نے بھی غصے میں جواب دیا "ہاں ہاں ٹھیک ہے نہیں کسی کو یاد رکھوں گا" نجانے وہ کونسی قبولیت یا قیامت کی گھڑی تھی آج اس واقعہ کو گزرے 29 سال ہو چکے ہیں لیکن میں ابھی تک ماں کے چہرے کے وہ تاثرات' وہ الفاظ فراموش نہیں کر سکا۔ میری والدہ نے منہ پر ہاتھ پھیرتے ہوئے کہا تھا "لے پھر میں دیکھتی ہوں کہ تو باہر کیسے جاتا ہے۔"

قارئین! وہ دن اور آج کا دن میں نے ہر حربہ آزمالیا میں باہر نہ جا سکا اور نہ ہی میں ادھر پنپ سکا۔ سونے میں ہاتھ ڈالتا ہوں تو مٹی ہو جاتا ہے۔ جس پوسٹ پر نوکری کرنا لوگ فخر سمجھتے ہیں میں اس پوسٹ پر بیس سال سے کام کر رہا ہوں' لیکن معاملات جوں کے توں۔ لوگ مجھے نہایت خوشحال اور کوئی بڑا آدمی سمجھتے ہیں لیکن حقیقت سے یا تو میں خود واقف ہوں یا پھر چند ایک لوگ۔ قارئین عبقری! تیس سالہ جدوجہد اور ناکامیوں اور ٹھوکروں کی داستان نہایت طویل اور تکلیف دہ ہے۔ لہٰذا نہایت اختصار سے کام لے رہا ہوں۔ ماں کی دعا کا بھی ہمارے خاندان ہی کا ایک واقعہ اور سن لیں۔ ہمارے ایک رشتے دار کو بھی میری طرح باہر جانے کا شوق تھا۔ یہ لڑکا نہ تو پڑھا لکھا تھا حتیٰ کہ اپنا نام تک نہ لکھ سکتا تھا۔ معمولی سی دکان تھی۔ برگر' سموسے لگاتا تھا۔ غرض کہ دنیاوی کوئی گن یا خوبی بظاہر دکھائی نہیں دیتی تھی۔ اس کو بھی انہی دنوں باہر جانے کا خبط سوار ہوا جن دنوں میں جانا چاہتا تھا جب اس کی ماں کو معلوم ہوا کہ میرے بیٹے کو باہر جانے کا شوق ہے تو اس نے دن رات اپنے بیٹے کیلئے دعائیں شروع کر دیں' وظیفے اور پڑھائیاں شروع کر دیں حتیٰ کہ یہ لڑکا جیسے تیسے فرانس چلا گیا۔ بیس پچیس سال سے غالباً ابھی تک اُدھر ہی ہے۔ خوب پیسہ بھی کمایا' اس کے فرانس جانے کے بعد ایک مرتبہ اُس لڑکے کی والدہ نے بتایا کہ میں اپنے بیٹے کیلئے راتوں کو چھت پر کھڑے ہو کر دعائیں کیا کرتی تھی۔ قارئین عبقری! فرق صاف ظاہر ہے' یہ ہے فرق قابلیت کا اور قبولیت کا۔

آپ نے میری داستان پڑھ لی میری آپ سے التجا ہے کہ جو بھی میرا یہ خط پڑھے وہ میرے لیے کم از کم ایک مرتبہ دعا ضرور کر دے۔ شاید کسی کی دعا میرے حق میں قبول ہو اور میں ماں کی بددعا کے بداثرات سے نکل سکوں۔ دوسرے بھی اپنے بچوں کو غصے میں بددعا نہ دیں نجانے اس کے اثرات کتنی نسلوں تک چلیں۔ جن کے والدین حیات ہیں ان کی خدمت کریں دعائیں لیں اور بقول قرآن "انہیں اُف تک نہ کہو"

عبقری شمالی علاقہ جات میں

گلگت: نارتھ نیوز ایجنسی مدینہ مارکیٹ گلگت۔ **گاہکوچ**، **غذر:** جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ گاہکوچ، غذر۔ **ہنزہ:** ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ **سکردو:** سودے بکس اسٹور، لنک روڈ سکردو۔ **سکردو:** بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔

جب آپ کو اپنے ستائیں

بعض اوقات آپ کو اپنے پیارے رشتوں سے ٹھیس لگتی ہے بغیر کسی جرم کے آپ کو سزا دی جاتی ہے تو ظاہر ہے پھر انسان بہت دکھی ہوتا ہے۔ تکلیف دینا' حق تلفی کرنا' بغیر وجہ کے صرف اپنی خاطر دوسروں سے قطع رحمی لاتعلقی کرنا یہ ایسی تکلیف ہے کہ بعض اوقات متاثرہ شخص پاگل خانے یا پھر ڈیپریشن میں چلا جاتا ہے اور دوائی اس کا مقدر بنادی جاتی ہے مگر جو لوگ یہ اذیت دیتے ہیں سکون ان کو بھی نصیب نہیں ہوتا اگر معاملہ رب کی ذات پر چھوڑ دیا جائے تو......

لیکن ایسی حالت میں اگر سچا انسان مضبوط رہے' خاموش ہو جائے اور اللہ کی ذات سے رجوع کرے تو حیرت انگیز نتائج سامنے آتے ہیں' نبی پاک ﷺ اور ان کے چچا کا قصہ' حضرت آسیہ ان کے شوہر کا قصہ' حضرت نوحؑ کے بچہ کا قصہ' مظلوم فاتح ہوتا ہے' ظالم ساری عمر اسی حالت میں جلتا ہے۔ اسی طرح اگر ہم مشکلات کے وقت نفل پڑھنا شروع کر دیں اور کثرت سے استغفار کی تسبیحات پڑھنا شروع کر دیں تو معاملہ ہی مزہ دے گا۔ روزانہ قدرت کے رنگوں کو دیکھیں' سویرے سویرے اٹھیں اور سبزہ دیکھیں' پرندوں کو سنیں اور ذکر واذکار کریں' قلبی سکون بھی ملے گا اور صحت بھی بہتر ہوگی۔ **(ڈاکٹر ایم اے کاظمی)**

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

اکتوبر کے جوابات

1۔ صبح وشام اکیس بار بچے کے سر پر ہاتھ رکھ کر سورۃ الانعام کی آیت نمبر 45 پڑھیں۔ اول و آخر سات بار درود شریف مکمل توجہ اور یقین کے ساتھ یہ عمل کریں۔ انشاء اللہ کچھ عرصہ بعد ہی واضح رزلٹ سامنے آئے گا۔ **(عالیہ شفیق' لاہور)**

☆ روغن بادام خالص لے کر صبح وشام تین تین قطرے ناک کے دونوں نتھنوں میں ڈالیں اور سانس اوپر کی طرف کھینچیں انشاء اللہ سر درد سے نجات مل جائے گی۔ بہت آزمودہ اور مجرب ٹوٹکہ ہے۔ **(رفیق احمد' فیصل آباد)**

2۔ میرا خیال ہے کہ ان کو ہارمونز کا مسئلہ ہے اس لیے اگر ایسا ہے تو پہلے اس کا علاج کروائیں بال خود بخود ختم ہو جائیں گے۔ عبقری کے دفتر سے پوشیدہ کورس منگوا کر پانچ ماہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ دوائی میں ناغہ نہ کریں انشاء اللہ مسئلہ حل ہو جائیگا۔ اس کے ساتھ ساتھ حسن و جمال کریم چہرے پر استعمال کریں' قبض نہ ہونے دیں۔ یہ چہرے کے بالوں کی بہت بڑی وجہ ہے۔ **(انیلہ محبوب' خانیوال)**

3۔ محترم آپ کیلئے ایک بہت مجرب اور آزمودہ عمل یا ٹوٹکہ دے رہا ہوں آپ ہر وقت باوضو رہیں کم از کم دن میں پانچ سے آٹھ بار وضو کریں اس طرح آپ کے جسم کی اور ناک کی صفائی ہوتی رہے گی اور آپ کو الرجی نہیں ہوگی اس کے ساتھ روحانی ٹوٹکہ یہ کریں کہ وضو ختم ہونے کے بعد تین گھونٹ پانی شفاء کی نیت سے پئیں۔ یہ بہت مجرب اور آزمودہ عمل ہے عبقری میں اس کے فوائد بارہا آچکے ہیں۔ **(عبدالرحمٰن' اسلام آباد)**

روحانی عمل برائے خارش' پھوڑے پھنسی

جس مریض کو پھوڑا یا پھنسی ہو وہ چوب چینی ایک تولہ' شاہترہ ایک تولہ' چرائتہ ایک تولہ' نیم کے پتے ایک تولہ۔ تمام ادویہ کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب کوٹیں پھر ایک لیٹر پانی میں ڈال کر اتنا ابالیں کہ 750 گرام پانی رہ جائے تو اتار لیں ٹھنڈا ہونے پر اس محلول کو چھان لیں۔ پھر اس محلول پر 1111 مرتبہ درج ذیل آیت پڑھ کر دم کریں اور 21 مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں۔ آیت مبارکہ یہ ہے:۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ۔ **(حکیم مہتاب حسین' دہلوی)**

نومبر کے سوالات

1۔ السلام علیکم قارئین! سوال یہ ہے کہ جیسا کہ آج کل مارکیٹ میں کلر صاف کرنے کی کریمیں آرہی ہیں اسی طرح انجکشن یا گولیاں بھی آرہی ہیں۔ ہمیں ان کے نام معلوم کرنے ہیں اگر آپ کو پتا ہو تو بتادیں۔ براہ مہربانی آپ ایسی گولیاں یا ہربل بوٹی بتادیں جس کے استعمال سے کلر اندر سے صاف ہو۔ بیرونی طور پر نہ ہو یا کوئی ایسی آیت بتادیں جس کے پڑھنے سے رنگ سفید ہو جائے' مہربانی ہوگی۔ **(عظمٰی عبدالستار)**

2۔ **محترم قارئین!** میں گناہوں سے توبہ کرنا چاہتی ہوں' میں گناہوں کی دلدل میں پھنسی ہوئی ہوں میرے دن رات بہت بے چینی سے گزر رہے ہیں' میں اللہ کے حضور توبہ کرنا چاہتی ہوں' مجھے کوئی ایسا عمل بتادیں کہ میرا دل گناہوں سے اچاٹ ہو جائے' دل میں گناہوں کیلئے نفرت پیدا ہو جائے اور میرا دل نیکی کی طرف مائل ہو جائے۔ **(ب۔ا' راولپنڈی)**

3۔ قارئین السلام علیکم! میں لاہور ایک بڑی مارکیٹ کا تاجر ہوں' میرے مخالفین نے میرے اوپر ایک جھوٹا مقدمہ دھوکہ دہی کا کروادیا ہے۔ میں ایک معمولی سا تاجر ہوں وہ چاہتے ہیں کہ میں وہاں سے اپنی دکان چھوڑ دوں لیکن میری روزی روٹی اسی سے چلتی ہے۔ میرے پاس وکیلوں کو دینے کیلئے بھی پیسے نہیں۔ براہ مہربانی مجھے کوئی ایسا وظیفہ عنایت فرمائیں کہ میں اس مقدمہ میں سرخرو ہو جاؤں۔ **(اشرف' لاہور)**

4۔ میرے بالوں میں بالچر کا مسئلہ ہوگیا ہے' دو سال سے بڑے بڑے ڈاکٹروں کو دکھایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا' اگر کسی کو کوئی علاج معلوم ہو تو براہ مہربانی ضرور بتادیں۔ میں بہت پریشان ہوں۔ **(مسز جمیل' لاہور)**

سورۂ رحمٰن کا کرشمہ

سورۂ رحمٰن ایک سائنسی تحقیق کے مطابق ہیپاٹائٹس B اور C کے مریضوں کیلئے ایک قیمتی تحفہ ہے۔ کسی بھی مرض میں مبتلا مریض کیلئے آپ مریض پر سات دن تک پڑھیں جب پڑھائی کریں تو تب مریض کی آنکھیں بند کروالیں۔ انشاء اللہ فرق آپ لوگوں کے سامنے ہوگا۔ یہ عمل سات دن تک کرنا ہے۔ **(منصور احمد چوہان' بھاگٹانوالہ)**

نیکیوں کے پہاڑ

قربانی کے خون کا پہلا قطرہ جو زمین پر گرتا ہے وہ قربانی کرنیوالے کے تمام گناہوں کا کفارہ ہوتا ہے

پل صراط پر سواری

آنحضرت ﷺ نے فرمایا اے مسلمانو! قربانی کے جانوروں کو کھلا پلا کر خوب موٹا کیا کرو کیونکہ یہی جانور قیامت کے دن پل صراط پر سواری کا کام دینگے۔ عیدالاضحیٰ کے دن اللہ کے نزدیک خون کے قطرے زمین پر گرانے سے بڑھ کر کوئی عمل نہیں۔ قربانی کے خون کا پہلا قطرہ جو زمین پر گرتا ہے وہ قربانی کرنیوالے کے تمام گناہوں کا کفارہ ہوتا ہے۔

رحمتوں کی بارش: حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس نے عید کے دن غسل کیا گویا اس نے دریائے رحمت میں غوطے لگائے اور گناہ سے اس طرح پاک ہوا گویا ابھی پیدا ہوا ہے۔

اللہ کے ہاں مقبول

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ یوم النحر (ذی الحجہ کی دسویں تاریخ) کا کوئی عمل اللہ کے نزدیک قربانی کا خون بہانے سے زیادہ محبوب نہیں ہے اور بیشک یہ (قربانی کا جانور) اپنے سینگوں اور اپنے کھروں اور اپنے بالوں کے ساتھ آئے گا اور بیشک یہ خون اللہ کے نزدیک زمین پر گرنے سے مقبولیت کا درجہ پالیتا ہے لہٰذا خوش دلی کے ساتھ قربانی کیا کرو۔ (ترمذی' ابن ماجہ)

24 ہزار برس کی عبادت کا ثواب

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ آنحضرت ﷺ نے فرمایا کہ جس شخص نے یوم ترویہ کا روزہ رکھا اس نے گویا بارہ ہزار برس اللہ کی عبادت کی اور جس نے عرفہ کے دن روزہ رکھا اس نے گویا چوبیس ہزار برس عبادت کی اور جو عیدالاضحیٰ کے دن نماز عید تک روزہ دار رہا اس نے گویا ساٹھ ہزار برس عبادت کی اور اس کو اللہ تعالیٰ ہزار شہیدوں کا ثواب اور ہزار حاجیوں کا ثواب عطا فرمائے گا۔

اللہ کی رحمت اور شیطان کا غصہ

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے بارہا یوم عرفہ میں ایسا تبسم فرمایا کہ دندان مبارک ظاہر ہوگئے میں نے اس کا سبب پوچھا تو آپ ﷺ نے فرمایا آج اللہ نے اپنے بندوں پر اس قدر رحمت اور مغفرت نازل فرمائی جس کے رشک سے شیطان آہ وزاری کرتا ہے اور اپنے سر پر خاک ڈالتا ہے یہی دیکھ کر مجھے ہنسی آئی۔

بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

گندا دودھ

خواب: میں دیکھتا ہوں کہ میں کسی گھر کے سامنے سامان اتار رہا ہوں۔ میں دونوں ہاتھوں سے آٹے کی بوری گھسیٹ رہا ہوں اور میز پر دودھ کا پیکٹ رکھا ہے جس میں سے دودھ بہہ رہا ہے۔ سامنے گھر میں تالا لگا ہوا ہے۔ گھر کے سامنے ایک نوعمر لڑکی بیٹھی ہے میں اس سے پوچھتا ہوں کہ اس گھر کی چابی کس کے پاس ہے۔ وہ جواب دیتی ہے کہ میرے پاس ہے۔ میں اس سے کہتا ہوں کہ اسے کھولو۔ وہ اٹھ کر تالا کھولنے لگتی ہے۔ اس دوران میں دودھ کا پیکٹ اٹھا کر وہاں رکھے ہوئے ایک گندے برتن میں ڈالنے لگتا ہوں اس سے دودھ بھی گندا ہو جاتا ہے۔ وہ اٹھا کر میں پی لیتا ہوں اور جو دودھ بچتا ہے اس کیلئے میں لڑکی سے کہتا ہوں کہ اس کی چائے بنالو۔ اسی دوران آنکھ کھل جاتی ہے۔ دوسرے خواب میں دیکھتا ہوں کہ ایک قبرستان میں احاطہ میں ایک قبر ہے۔ ایک بوڑھی عورت کہتی ہے کہ یہاں ایک اور قبر بنے گی۔ منظر بدلتا ہے ایک گھر کا منظر ہے جہاں ایک عورت مجھے کوئی تلی ہوئی چیز دیتی ہے لیکن پھر ہاتھ پیچھے کر لیتی ہے اس دوران میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(محمد ارشد' جھنگ)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو متنبہ کیا گیا ہے کہ حرام کی آمدنی سے بچنے کی کوشش کریں اور خدانخواستہ ذریعہ آمدنی حرام ہی رہا تو آئندہ کسی بڑی پریشانی میں مبتلا ہونے کا اندیشہ ہے۔

چشمہ

خواب: میں دیکھتا ہوں گھر کے اندر ایک چشمہ ہے۔ اس میں دو چھوٹے چھوٹے سانپ ہیں۔ ان دونوں کو نکالتا ہوں ان میں سے ایک مذکر ہے اور ایک مؤنث ہے۔ میں مونث کو مار دیتا ہوں اور مذکر سانپ کو دوبارہ چشمہ میں ڈالتا ہوں' وہ نہیں جاتا اور چشمہ کا پانی بھی اپنی جگہ سے نیچے گیا ہے۔ پھر گھر کے باہر ایک ندی میں وہ سانپ اس میں چلا جاتا ہے اور گھر کے اندر جو چشمہ ہے وہ پھر پانی سے بھر جاتا ہے۔ **(کریم داد......اٹک)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے دو گھریلو ملازم آپ کو مالی نقصان پہنچانے کی کوشش کریں گے لیکن انشاء اللہ آپ کی حفاظت ہوگی۔ آپ ہر نماز کے بعد آیۃ الکرسی پڑھ لیا کریں۔

دماغ کی منتقلی

خواب: میں دیکھتا ہوں کہ ہسپتال میں ایک مریضہ زیر علاج ہے اس کے لواحقین میرے پاس آتے ہیں اور گزارش کرتے ہیں کہ ان کو میرے دماغ کی ضرورت ہے۔ میں جواب دیتا ہوں کہ دماغ کے بغیر میں کس طرح زندہ رہوں گا۔ میں انکار کر دیتا ہوں لیکن لواحقین مسلسل اصرار اور فریاد کرتے ہیں۔ پھر میں راضی ہو جاتا ہوں۔ ڈاکٹر آپریشن کر کے میرا دماغ نکال دیتے ہیں اور مریضہ کے لواحقین کو دے دیتے ہیں۔ اس کے بعد مجھے کوئی خاص مسئلہ نہیں ہوتا۔ صرف سر میں ٹانگوں کی سلائی والی جگہ پر معمولی درد ہوتا ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے میں اپنے آپ کو مذبحہ خانے میں پاتا ہوں جہاں دو گائے اور ایک اونٹ کو ذبح کرنے کے بعد کھال اتاری جارہی ہوتی ہے لیکن گائے اور اونٹ زندہ ہوتے ہیں اور باقاعدہ آنکھیں جھپکا رہے ہوتے ہیں۔ **(نصر اللہ......لاہور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اندیشہ ہے کہ کسی کی پریشانی دور کرنے کی کوشش میں آپ کو خود پریشانی لاحق ہو جائے۔ آپ کو اس بات پر متنبہ کیا گیا ہے کہ فرض نماز کی ادائیگی یکسوئی کے ساتھ کیا کریں۔ فوری طور پر مالی صدقہ دیں اور چلتے پھرتے یَاھَادِیُ کا ورد رکھیں۔

بوڑھا شوہر

خواب: میں نے دیکھا کہ میری امی مجھ سے سخت ناراض ہوتی ہیں اور کہتی ہیں کہ میں تمہاری شادی کر دوں گی اور پھر رشتہ ڈھونڈتی ہیں۔ آخر ان کو ایک درمیانی عمر کے لڑکے کا رشتہ مل جاتا ہے لیکن مجھے ذرا بھی پسند نہیں آتا۔ پھر ایک ہفتے بعد میں خواب میں اسی آدمی کو دیکھتی ہوں اور امی میری شادی اس لڑکے سے کر دیتی ہیں جس پر مجھے بہت غصہ آتا ہے۔ لیکن وہ لڑکا بہت اچھا ہوتا ہے وہ مجھے کہتا ہے کہ گھبراؤ نہیں اس دن خواب میں بہت روتی ہوں اور جب امی میرے گھر آتی ہیں تو میں ان کو زور زور سے دھکے دے کر باہر نکال دیتی ہوں اور ان کو کہتی ہوں کہ آپ نے بوڑھے آدمی سے میری شادی کر کے میری زندگی برباد کر دی ہے میں آپ کو معاف نہیں کروں گی۔ اس کے بعد اگلے دن پھر میں نے اپنے آپ کو دلہن بنے دیکھا۔ **(ک......راولپنڈی)**

تعبیر: آپ کا خواب اچھا ہے اور انشاء اللہ آپ کو خوشی اور خوشحالی نصیب ہوگی لیکن آپ ناقدری کی وجہ سے اس حاصل ہونے والی نعمت اور دولت کے چھن جانے کا بھی اندیشہ ہے آپ استغفار کی کثرت کریں۔

چاند اور چاندنی

خواب: میں کسی جگہ پر ہوں اور وہاں چاول کھا رہی ہوں۔ ساتھ میں میرا بیٹا ہے۔ چاول کے آخری چمچ میں کھوپرے کا ٹکڑا آتا ہے جو میں اپنے بیٹے کو کھلا دیتی ہوں۔ رات کا وقت ہے اور مجھے جلدی گھر جانا ہے لہٰذا میں بھائی جان سے کہتی ہوں کہ چاند نکل آئے اور روشنی پھیل جائے تو پھر گھر جاتی ہوں جب میں آسمان پر دیکھتی ہوں تو وہاں تھوڑے بادل ہیں جو ہٹتے جاتے ہیں اور چاند نکل آتا ہے جو شروع تاریخ ہونے کے باوجود بہت روشن اور چمکدار ہے۔ پھر بھائی جان کہتے ہیں کہ جو چاند چڑھنا تھا چڑھ گیا اب یہ دس سال بعد چڑھے گا۔ **(س-م)**

تعبیر: آپ کا خواب ماشاء اللہ بہت مبارک ہے اور آپ کو ایک اچھی خبر سننے کو جلد ملے گی اور 10 سال بعد آپ کے بیٹے کو ایک نمایاں کامیابی ملنے کا بھی اشارہ ہے۔

دشمن

خواب: دیکھتی ہوں کہ ہمارے صحن میں ایک کینو کا بہت بڑا درخت ہے جس پر بڑا موٹا پھل لگا ہوا ہے اور میں توڑ کر کھا رہی ہوں۔ دیکھتی ہوں کہ بائیں طرف ایک آدمی کھڑا ہے جس نے دیہاتیوں کے سے کپڑے پہنے ہوئے ہیں اور سر پر بہت بڑی پگڑی باندھ رکھی ہے۔ دیکھتے ہی دیکھتے وہ آدمی سرخ رنگ کا سانپ بن جاتا ہے اور تقریباً ایک بالشت چوڑا اس کا پھن ہوتا ہے۔ **(سویرا......جہلم)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کا کوئی خفیہ دشمن سحر کے ذریعے سے آپ کو نقصان پہنچانے کی کوشش کر رہا ہے اور کسی حد تک اپنے ارادے میں کامیاب بھی ہو چکا ہے۔ اس کا تعلق آپ کے ددھیالی رشتہ داروں سے ہو سکتا ہے۔ آپ سورۂ بقرہ مکمل پڑھ کر سرسوں کے تیل پر دم کریں اور اس تیل کا ایک ایک قطرہ دونوں کانوں میں سوتے وقت ڈال لیا کریں اور اسی تیل کا پورے جسم پر مساج بھی کریں۔ مدت عمل 7 دن ہے۔

قوت باہ میں زبردست اضافہ کیلئے غریبانہ ٹوٹکہ

قوت باہ میں اضافہ کیلئے گودہ کوار گندل پاؤ بھر گائے کے ایک سیر دودھ میں کھویا بنائیں اور اس میں چینی ملا کر روزانہ آدھی چھٹانک صبح کے وقت کھا لیا کریں۔ **(محمد شاہد' لاہور)**

جانوروں کی دل آزاری پر سزا

نیاز محمد، کوئٹہ

سوچ کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا کہ میں اللہ تعالیٰ کی مخلوق کی دل آزاری کر رہا ہوں اور اللہ پاک مجھ سے ناراض ہوگئے ہیں اور اپنے مخلوق کا بدلہ لینے کیلئے اور مجھے سبق سکھانے کیلئے میری بیٹی کو بیمار کیا ہے۔اس وقت میں نے اللہ تعالیٰ سے وعدہ کیا اور توبہ کی

چند سال پہلے کی بات ہے کہ میں خود سانپوں اور بچھوؤں کو پکڑنے اور پالنے کا شوق رکھتا تھا۔ میں پہاڑوں، ویرانوں میں جا کر سانپوں کا شکار کرتا رہتا تھا۔ان کو پکڑ کر ان سے اپنا دل خوش کرتا تھا یعنی ان سے کھیلتا تھا اور بچھوؤں سے اپنے آپ کو ڈسواتا تھا۔ کچھ عرصہ اپنے پاس رکھتا تھا بعد میں کچھ مرجاتے اور کچھ دیگر لوگوں کو دے دیتا تھا۔اس دوران میری چھوٹی بیٹی اس وقت اس کی عمر تقریباً 8 یا نو سال تھی۔ وہ اچانک بیماری ہوگئی۔ بظاہر کچھ بھی نہیں تھا۔ وہ بے ہوش جاتی، منہ سے جھاگ نکلتی، ہاتھ پاؤں ٹیڑھے ہوجاتے، 15 سے 20 منٹ اسی حالت میں رہتی تھی بعد میں بالکل تندرست ہوجاتی تھی۔علاج کی غرض سے ڈاکٹروں کو دکھایا ڈاکٹروں نے معائنہ کیا اور بتایا کہ اس کو کوئی بیماری نہیں ہے بالکل تندرست ہے۔ لیکن وہ ویسے ہی بیہوش ہوجاتی۔ بزرگوں اور علماء کرام کو دکھایا دم درود کیا لیکن کچھ افاقہ نہ ہوا۔ میں اور سارے گھر والے بہت پریشان حال تھے۔ایک دن میں عشاء کی نماز سے فارغ ہوا اور سوچ رہا تھا کہ آخر یہ کیسی بیماری ہے اس کی وجہ کیا ہے؟؟؟ سوچ کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا کہ میں اللہ تعالیٰ کی مخلوق کی دل آزاری کررہا ہوں اور اللہ پاک مجھ سے ناراض ہوگئے ہیں اور اپنی مخلوق کا بدلہ لینے کیلئے اور مجھے سبق سکھانے کیلئے میری بیٹی کو بیمار کیا ہے۔ اس وقت میں نے اللہ تعالیٰ سے وعدہ کیا اور توبہ کی کہ میں آئندہ سانپ اور بچھو کو نہیں پکڑوں گا۔ سانپ اور بچھو کو پکڑنے سے ان کی دل آزاری ہوتی ہے حالانکہ سانپ بچھو انسان کے دشمن ہوتے ہیں لیکن ان کو ناحق پکڑنا اور ان کی دل آزاری کرنا جس کی بناء پر اللہ تعالیٰ نے میری دل آزاری کیلئے میری بیٹی کو اس طرح بیمار کردیا۔

میں اسی وقت اللہ تعالیٰ کے حضور سجدہ میں گر پڑا اور اللہ تعالیٰ سے معافی مانگی اللہ تعالیٰ نے میری توبہ قبول فرمائی۔ اس طرح میری بیٹی اس دن کے بعد پھر کبھی بھی بیہوش نہیں ہوئی اور بالکل تندرست ہوگئی۔

سچ ہے کفر و شرک کے بعد سب سے بڑا گناہ دل آزاری ہے۔وہ چاہے انسان کی ہو یا حیوان کی ہو۔حیوان کی دل آزاری پر اللہ تعالیٰ اتنے ناراض ہوسکتے ہیں تو انسان کی دل آزاری پر کتنا ناراض ہوتے ہونگے اور اس کی کیا سزا ہوگی؟؟؟ اللہ تعالیٰ ہم سب کو ہدایت اور توفیق عطا فرمائیں کہ ہم کسی کی دل آزاری نہ کریں۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ایڈیٹر کی کتابیں، رسالہ آپ کی نظر سے گزرا حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔(ادارہ)

3۔حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات ورسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ایسا ہرگز نہ کریں۔ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

ملک عبدالغفار ندیم، مظفرگڑھ۔عزیز الرحمان عزیز، پشاور۔ محمد اشتیاق، سکھر۔ام حذیفہ، راولپنڈی۔

بلڈ پریشر نارمل رکھنے کا چٹکلہ

انگلی کی مدد سے دائیں ناک کا نتھنا بند کریں اور بائیں نتھنے تین بار سانس لے پھر بائیں نتھنے کو بند کرے انگلی کی مدد سے اور دائیں نتھنے سے سانس نکالے یہ عمل کرتے ہوئے منہ بند رہے پھر دونوں نتھنے بند کرے اور منہ کھول کر تین بار سانس لے یہ فضا مقام پر فجر کے وقت بھی کر سکتے ہیں۔

عبقری کے مجھ پر احسانات

ناصرہ منظور، گجرات

عبقری میں بتائے ہوئے وظیفوں سے میری ہر طرف سے مشکل آسان ہوجاتی ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں تقریباً دو سال سے عبقری کو جانتی ہوں اور پڑھتی ہوں، باقاعدگی سے اور چھ ماہ سے تو خود خرید کر بانٹ رہی ہوں، عبقری کے احسانات میرے پر بہت زیادہ ہیں۔

میں نے عبقری میں اگست 2010ء کے شمارہ میں صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد کے بارے میں پڑھا کہ اگر پاؤں سن ہوجائیں تو دم کرکے ناخنوں پر تھوک لگائیں فوراً ٹھیک ہوجائیں گے۔ میری بائیں ٹانگ سوجاتی تھی، چلتے چلتے میں نے یہ عمل کیا۔یقین جانیے تین چار دفعہ کے عمل سے میری ٹانگ ٹھیک ہوگئی، سردیوں میں میری بازو انگلیوں سے کہنیوں تک درد کرتی تھی میں نے یہی عمل کیا اور گزشتہ سردی میں میری بازو میں درد نہیں ہوا۔ پھر ایسے میں کیوں نہ عبقری اور آپ کو دعائیں دوں اور پھر حکیم صاحب میرے چہرے پر دانے نکل آئے اور میں نے ستمبر کے شمارے میں پڑھا یَاخَالِقُ. یَامُصَوِّرُ. یَاجَمِیْلُ 100 بار ہر نماز کے بعد پڑھنا ہے اور اب جب میں اپنی سہیلی سے برکت والی تھیلی لینے اس کے گھر گئی تو وہ حیران رہ گئی اور چیخ کے کہتی ہے ''ناصرہ منہ پر کیا لگاتی ہو'' اور پھر فوراً کہتی ہے یَاخَالِقُ. یَامُصَوِّرُ. یَاجَمِیْلُ والا وظیفہ تو نہیں پڑھتی؟؟؟ میں ہنس پڑی۔

عبقری میں بتائے ہوئے وظیفوں سے میری ہر طرف سے مشکل آسان ہوجاتی ہے حتیٰ کہ بچت پیک والی بات کہ سورۃ الکوثر 129 دفعہ پڑھنی ہے۔میرے مالی حالات ان دنوں کافی خراب تھے۔میرے پاس اس وقت ایک ہزار روپیہ تھا میں نے اس پر دم کرکے تھیلی میں ڈال دیا اور دکان سے بادام، کشمش، گڑ اور ناریل لینے کے بعد بھی میرے پاس چار سو روپے بچ گئی اور گھر آئی تو میرا بھائی آیا اس نے مجھے 2000 اور دے دیئے حالانکہ مجھے اس کی امید بھی نہیں تھی۔لیکن آیۃ الکرسی، سورۃ الکوثر اور صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد کے ورد نے میرے پیسوں میں برکت ڈال دی اور مہینے کا ذخیرہ ہوگیا۔

حکیم صاحب! کہنے کو تو شاید یہ چھوٹی چھوٹی باتیں ہیں لیکن یقین جانیے یہ سب عبقری کی بدولت ہیں۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

بالوں کی کثرت

اب تک اس چار پانچ خط بالوں کے مسئلے پر آئے ہیں۔ایک نوجوان لڑکی بے حد پریشان ہے' اس کے سینے پر بال ہیں' دوسری بچی کی شادی ہونے والی ہے مگر اسے چہرے پر بالوں کی وجہ سے روزانہ شیو کرنی پڑتی ہے۔ بقیہ تین لڑکیاں تھریڈنگ کر کے تھک چکی ہیں اور اس سلسلے میں مشورہ چاہتی ہیں۔

مشورہ: شروع شروع میں باریک رواں جسم پر ہوتا ہے اگر چہرے اور بازو پر ہو تو آدھے کپ آٹے میں ایک چوتھائی چمچہ نمک اور نصف چمچہ تیل یا گھی ملایئے' تھوڑا سا پانی ڈال کر سخت پیڑا بنایئے اور پھر اسے رول کر کے چہرے پر ملیے۔ اس سے ایک ڈیڑھ بار میں رواں صاف ہو جاتا ہے۔ ہاں اگر بال ہوں تو پھر یہ ٹوٹکا کارآمد نہیں۔

بال خاص قسم کی گلٹیوں سے پیدا ہوتے ہیں۔ ہارمونز کے عدم توازن سے عام طور پر سینے اور چہرے پر بال اگنے لگتے ہیں۔ بچیوں کو چاہیے ماہانہ نظام کی طرف توجہ دیں۔ ڈاکٹر سے مل کر مشورہ کریں۔ اشتہاری کریموں اور لوشنوں سے بالوں میں فرق نہیں پڑتا۔ بہت سی خواتین نے عبقری کے دفتر سے پوشیدہ کورس لیکر استعمال کیا جن کا یہ مسئلہ حل ہو گیا۔ آپ بھی عبقری کے دفتر سے پوشیدہ کورس لے کر استعمال کریں۔ انشاءاللہ آپ کے مسائل بھی ٹھیک ہو جائیں گے۔

اینٹی الرجک۔عناب

بچوں کو جب سے خسرہ نکلی وہ چڑچڑے ہیں۔ کھانسی خشک رہتی ہے' جسم پر گول گول سرخ رنگ کے ابھار پڑ جاتے ہیں۔ نزلہ زکام رہتا ہے۔ ڈاکٹر کی دوا سے نزلہ جم کر خاصی تکلیف رہتی ہے۔ گھر کے کام کاج کرتے وقت ذرا سی مٹی یا دھول ناک میں چلی جائے تو نزلہ شروع ہو جاتا ہے۔ گھریلو ٹوٹکہ بتایئے۔ اینٹی الرجک گولیاں کھا کھا کر تنگ آ گئی ہوں۔ **(ع۔م۔لاہور)**

مشورہ: ع۔م صاحبہ! آپ پریشان نہ ہوں' ذرا عناب کو آزما کر دیکھئے۔ عناب کے دانے گہرے سرخ رنگ کے بیر کی طرح گول ہوتے ہیں۔ نزلہ وزکام آج کے دور کا مرض نہیں بلکہ سالہا سال سے طبیب اس کا علاج کرتے آرہے ہیں۔ جوشاندے میں عناب شامل ہوتا ہے۔ عناب کے بہت سے فائدے ہیں۔ یہ خون کو صاف کرتا ہے' خون کے جوش کو درست کرتا ہے۔ صفراوی بخار میں مفید ہے۔ کھانسی' حلق کی خشکی' نزلہ' بخار میں فائدہ دیتا ہے۔ آپ شربت عناب جو بازار سے مل جاتا ہے منگایئے اور بچوں کو روزانہ پلایئے۔ سات دانے عناب آدھی پیالی پانی میں رات کو بھگو دیجئے۔ صبح اٹھ کر ہاتھ سے مل چھان کر تھوڑی سی چینی اور پانی ملا کر پی لیجئے چودہ دن پی کر دیکھئے نمایاں فرق پڑے گا۔ آج کل بازار میں میٹھے موجود ہیں۔ بچوں کو ایک دو میٹھے کاٹ کو چوسا دیجئے۔ اس سے ان میں قوت آئیگی۔ خسرے کے بعد آپ انہیں کھلاسکتی ہیں۔ میٹھے زیادہ ٹھنڈے نہ ہوں۔ عناب بے ضرر دوا ہے۔ اسے کھانے کے بعد کوئی برے اثرات بھی جسم پر ظاہر نہیں ہوتے۔

بالوں کی نوکیں پھٹ جاتی ہیں

میں اپنے بالوں کی بہت احتیاط کرتی ہوں۔ پھر بھی میرے بال خراب رہتے ہیں۔ بالوں کی نوکیں پھٹ کر دو شاخیں نکل آتی ہیں۔ شیمپو سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ بیسن سے سر دھولوں تو سر سے بو آنے لگتی ہے۔ میرے پسینے میں بھی بو موجود ہے۔ کیا یہ دور ہو سکتی ہے؟ **(مناحل' لاہور)**

مشورہ: آپ سر کے بالوں میں ہفتے میں دو بار تیل کی مالش کیجئے اور مہینے میں دو بار نوکوں کو قینچی سے تراشئے۔ رات کو خوب کس کر دو چٹیاں باندھیے اور صبح جو نوکیں باہر نکلی نظر آئیں ان کو چاروں طرف سے تراش دیجئے۔ کسی پارلر سے آپ بالوں کی ٹرمنگ کرائیں تو کافی پیسے لگیں گے یہ کام آپ اپنی کسی دوست سے بھی کرا سکتی ہیں۔ ان کا یہی علاج ہے۔ زیتون کا تیل منگوایئے اس کے لگانے سے بال مضبوط اور سیاہ ہوتے ہیں۔ آپ کسٹر آئل کا ایک چمچہ سرسوں کے تیل میں ملا کر ہفتے میں ایک بار جڑوں میں لگایئے' بال مضبوط اور گھنے ہوں گے۔ بند گوبھی کی سلاد روز کھایئے۔

پسینے کی بدبو کیلئے آپ لیموں کا شربت بنا کر روز پیجئے۔ پندرہ بیس دن بڑا گوشت اور تلی چیزیں نہ کھایئے۔

اِدھر وظیفہ پڑھنا شروع کیا اُدھر کام مل گیا

عبقری میں وظیفہ جو کہ ہر نماز کے بعد سورتیں پڑھنے والا چھپا تھا یعنی فجر کے بعد سورۂ رحمٰن' یٰسین۔ ظہر سورۂ فتح اور عصر سورۃ الانبیاء' مغرب سورۂ مزمل' سورۂ واقعہ اور عشاء کے بعد سورۃ الملک پڑھنے سے بے شمار مالی اور روزمرہ کی مشکلات حل ہونے لگتی ہیں۔ جونہی میں نے ان سورتوں کو پابندی کیساتھ پڑھنا شروع کیا فوراً ہی مجھے اوپن یونیورسٹی کی طرف سے پیپر چیک کرنیکا کام مل گیا۔ **(صفورا سلطانہ لالہ موسیٰ)**

مولی سے پیچیدہ بیماریوں کا علاج

سدرہ، ملتان

پتھری کی صورت میں گردہ ومثانہ سے ریت آنے کی حالت میں مولی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر اسے مسلسل استعمال کیا جائے تو پتھری ریزہ ریزہ ہوکر ہمیشہ کیلئے جسم سے خارج ہوجاتی ہے۔ ☆ یہ خود دیرہضم ہے مگر غذا کو ہضم کر دیتی ہے۔

مولی مشہور عام جڑ ہے۔ جس سے ہر چھوٹا بڑا واقف ہے۔ اس کا رنگ عموماً سفید ہوتا ہے۔ اس کی دو اقسام ہیں ایک لمبی اور دوسری گول۔ شلجم کی طرح کچی سلاد کے طور پر کھائی جاتی ہے جبکہ بطور ترکاری بھی استعمال ہوتی ہے۔

اس کے اجزاء میں فاسفورس‘ کیلشیم اور وٹامن سی کے علاوہ فولاد کی بھی خاصی مقدار ہوتی ہے۔ اس کا مزاج گرم خشک ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

☆ پتھری کی صورت میں گردہ ومثانہ سے ریت آنے کی حالت میں مولی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر اسے مسلسل استعمال کیا جائے تو پتھری ریزہ ریزہ ہوکر ہمیشہ کیلئے جسم سے خارج ہوجاتی ہے۔ ☆ یہ خود دیرہضم ہے مگر غذا کو ہضم کر دیتی ہے۔ ☆ بواسیر کے مرض میں مولی کا رس اور مولی کے پتے مریض کو کھلانے سے شفاء ہوتی ہے۔ ☆ مولی کو باریک کر کے نمک لگا کر کھانے سے جگر کی اصلاح ہوتی ہے۔ ☆ یرقان کے مرض میں مولی کے پتوں کا رس نکال کر چینی ملا کر مریض کو پلانے سے مرض ختم ہوجاتا ہے۔ مولی کھانے والوں کو کبھی یرقان نہیں ہوتا۔ ☆ مولی کھانے کے بعد گڑ کھانے سے مولی جلد ہضم ہوجاتی ہے اور بدبودار ڈکار وغیرہ بھی نہیں آتے۔ تلی کے امراض میں بھی مولی کا کھانا بہت مفید ہے۔ اس کے کھانے کا طریقہ یہ ہے کہ مولی کو چھیل کر اور کاٹ کر کالی مرچ اور ہلکا سا نمک لگا کر رات کو اوس میں رکھ دیں اور صبح نہار منہ کھائیں۔ ایک ہفتہ میں شفاء ہوگی۔ یہی نسخہ بواسیر کیلئے بھی ہے۔ ☆ مولی کو مسلسل کھانے سے پیشاب کا رک رک کر آنا‘ جل کر آنا‘ کم آنا یا قطرہ قطرہ آنا یہ تمام شکایات دور ہوجاتی ہیں۔ ☆ مولی کا رس آنکھوں میں ایک دو قطرے روزانہ ڈالنے سے دھند‘ پھولا‘ جالا اور موتیا بند کو شفاء ہوتی ہے اور نظر تیز ہوجاتی ہے۔ ☆ مسوڑھوں کے امراض پائیوریا اور دانتوں کی مضبوطی کیلئے مولی کو کالی مرچ لگا کر کھانے سے شفاء ہوتی ہے اور دانت مختلف بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ ☆ مولی کھانے سے انتڑیوں کی حرکت تیز ہوجاتی ہے اور اس طرح قبض دور ہوجاتی ہے۔ ☆ یرقان کیلئے آدھ سیر مولی کے پانی میں چینی ملا کر یرقان کے مریض کو پلانے سے مرض پاخانوں کے ذریعے ختم ہوجاتا ہے۔ ☆ کان درد اور کان کے دیگر امراض کیلئے مولی کے رس میں ہم وزن کا تلوں کا تیل ملائیں اور ہلکی آنچ پر رکھیں جب رس جل جائے اور خالی تیل رہ جائے تو اسے چھان کر بوتل میں محفوظ کرلیں اور نیم گرم تیل کے چند قطرے کانوں میں ٹپکانے سے کان درد اور کان کی دیگر بیماریاں دور ہوجاتی ہیں۔ ☆ مولی کا رس اگر روزانہ گنج پر ملا جائے تو بال دوبارہ اگنے شروع ہوجاتے ہیں۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ سر کے گنج کو پہلے تولیے سے رگڑیں اور پھر اس سے مالش کریں۔ ☆ بچھو پر اگر مولی کا رس ڈالا جائے تو وہ فوراً مر جاتا ہے۔

☆ مولی کے بیج بھی بڑے کارآمد ہوتے ہیں۔ آدھ تولہ مولی کے بیج اگر نیم گرم پانی سے کھلائے جائیں تو بند حیض جاری ہوجاتا ہے۔ ☆ قوت باہ بڑھانے کیلئے مولی کے بیج ہمراہ پانی صبح کھانے چاہئیں۔ اس سے باہ بڑھتی ہے اور مادہ تولید گاڑھا ہوتا ہے۔ ☆ خنازیر (ہنجیر) کی گلٹیوں پر مولی کے بیج بکری کے دودھ میں کھرل کر کے لیپ کرنے سے بالکل آرام ہوجاتا ہے۔ دو ہفتہ میں مرض بالکل ختم ہوجاتا ہے۔

☆ کسی بھی درد والی جگہ پر مولی کے بیج لیموں کے رس میں پیس کر درد والی جگہ پر لگانے سے شفاء ہوتی ہے۔ ☆ ایک ماشہ مولی کا نمک شہد میں ملا کر چاٹنے سے دمہ ختم ہوجاتا ہے۔ البتہ تین ہفتہ تک علاج جاری رکھنا چاہیے۔ ☆ ایک ماشہ نمک مولی ہر روز ہمراہ چھاچھ پینے سے جگر کے تمام امراض ختم ہوجاتے ہیں اور یرقان ختم ہوجاتا ہے۔ بدہضمی دور کرنے کیلئے ایک ماشہ نمک مولی گرم پانی کے ساتھ پینا چاہیے۔ فوراً بدہضمی دور ہوجائے گی۔ ☆ ٹھنڈے پانی سے نمک مولی کھانے سے پیشاب کا رک رک کر آنا‘ کم آنا‘ قطرہ قطرہ آنا‘ پتھری‘ درد گردہ‘ مثانہ اور ریت آنے کو بے حد مفید ہے۔ ☆ مولی کو سرکہ میں بھگو کر کھانے سے ورم تلی تحلیل ہوجاتا ہے۔ ☆ تخم مولی بیرونی طور پر چہرہ کی سیاہی‘ چھائیں‘ برص کو دور کرنے اور چہرے کا رنگ صاف کرنے کیلئے بطور ابٹن استعمال کی جاتی ہے۔ ☆ نزلہ وزکام میں چٹکی بھر نمک مولی سونگھنے سے یہ مرض دور ہوتی ہے اور دماغ کے کیڑے ختم ہوجاتے ہیں۔

مجالس مجذوبی

قارئین! تسبیح خانہ میں جمعرات درس کے بعد **مجالس مجذوبی**' کے نام سے ایک نشست ہوتی ہے جس میں لوگ اعمال کی برکات سے حاصل شدہ اپنے تجربات و مشاہدات بتاتے ہیں۔ آپ بھی اعمال سے ہونے کے فوائد و تجربات لکھیں' صدقہ جاریہ ہوگا۔

(محمد سہیل جنجوعہ (لاہور کینٹ) نے اپنے تجربات و مشاہدات مجالس مجذوبی میں بیان کیے جو کہ پیش خدمت ہیں)

سامان کی جلد فروخت

ماہنامہ عبقری نومبر 2009ء صفحہ نمبر 10 پر ایک ولی اللہ کا عمل لکھا تھا میں نے اپنا کمپیوٹر سیل کرنا تھا مگر کوئی گاہک نہیں لگ رہا تھا کہ ایک تو پرانا' تھوڑی سی خرابی بھی' دن میں ایک دو بار خاص طور پر بعد نماز فجر عمل کر کے پھونک دیا اللہ نے سبب بنا دیا اور سیل ہوگیا۔ **وہ عمل یہ ہے:** سورۂ یوسف آیت نمبر 80 مع پوری بسم اللہ۔ آیت کو تین بار باوضو پڑھ کر سامان پر پھونک ماردیں۔

مالی وسعت' بہترین رزق کے حصول کی نبوی ﷺ دعا

ماہنامہ عبقری ستمبر 2009ء صفحہ نمبر 19 رزق میں برکت کی مسنون دعا پر عمل کیا۔ ایک ایک تسبیح صبح و شام پڑھی۔ ایم بی اے کرنے کے بعد ایک جگہ جاب ملی مگر ٹائم زیادہ ڈیوٹی سخت اور تنخواہ کم' پہلی پہلی جاب تھی خوشی بھی تھی مگر سخت پریشان بھی تھا' دعائیں کرتا اور کرواتا رہا' پھر مجھے میرٹ پر سی ایس ڈی لاہور شاپنگ کمپلیکس (منسٹری آف ڈیفنس) میں اسسٹنٹ منیجر کی جاب ملی۔ باعزت آرام دہ جاب' سیمی گورنمنٹ ادارے میں۔ میں سمجھتا ہوں کہ آرٹیکل میں موجود ''مالی وسعت کی دعا'' اور ''بہترین رزق کے حصول کی ایک دعا'' کا بھی اس جاب کے ملنے میں بہت ہاتھ ہے۔ (خاص نماز فجر کے بعد پڑھا) **مالی وسعت کی دعا یہ ہے:** تَوَکَّلْتُ عَلَی الْحَیِّ الَّذِیْ لَا یَمُوْتُ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ لَمْ یَتَّخِذْ وَلَمْ اَوَّلَمْ یَکُنْ لَّہٗ' شَرِیْکٌ فِی الْمُلْکِ وَلَمْ یَکُنْ لَّہٗ' وَلِیٌّ مِّنَ الذُّلِّ وَکَبِّرْہُ تَکْبِیْرًا O اور **بہترین رزق کے حصول کی دعا یہ ہے:۔ مَا شَآءَ اللّٰہُ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ اَشْھَدُ اَنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ**

جسمانی درد کی نبوی ﷺ دعا' 1000% جادو اثر

حضور ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ کسی کو کسی بھی قسم کا درد ہو تو مریض درد کے مقام پر ہاتھ رکھ کر 3 بار کہے بسم اللہ پھر 7 بار یہ پڑھے۔ انشاء اللہ درد سے آرام آجائے گا۔ اَعُوْذُ بِعِزَّۃِ اللّٰہِ وَقُدْرَتِہٖ مِنْ شَرِّ مَا اَجِدُ وَاُحَاذِرُ O (مشکوٰۃ)

میرے جسم میں جب بھی درد یا کٹ لگ جائے یا چوٹ لگے تو درد کو فوری ختم کرنے کیلئے میں نے جب بھی یہ دعا پڑھ کر پھونکی فوراً آرام آگیا۔ یوں جیسے جادو کیا گیا ہو۔ آزمائش شرط ہے۔ انشاء اللہ یہ پڑھ کر آپ مسکرا اٹھیں گے۔ اب تو میں درد کی گولی کی جگہ یہ دعا ہی استعمال کرتا ہوں۔

بیمار پرسی کی دعا' شفاء کلی کیلئے

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا جو مسلمان کسی مسلمان کی بیمار پرسی کو جائے اور 7 مرتبہ یہ دعا پڑھے تو اللہ تعالیٰ مریضوں کو شفاء دے گا۔ ہاں اگر اس کی موت ہی آگئی ہو تو دوسری بات ہے۔ مریض کو عافیت مل جائے گی۔ انشاء اللہ۔ اَسْأَلُ اللّٰہَ الْعَظِیْمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ اَنْ یَّشْفِیَکَ O **(مشکوٰۃ' ترمذی)**

میرے والد صاحب بیمار ہوئے ہسپتال داخل ہوئے یہ پڑھ کر پھونکا صحت یاب ہوگئے۔ ایک دفعہ پھر بہت بیمار ہوئے پیلا یرقان ہوا' ہسپتال داخل ہوگئے بیماری سے زیادہ پریشان نظر آتے' یہ پڑھنے سے انہیں عافیت ملی' صحت یاب ہوگئے۔ اسی طرح ایک دفعہ امی کو بلڈ پریشر بہت تیز ہوگیا' بہت تکلیف میں تھیں' فوری علاج کے ساتھ یہ عمل بھی کیا تو اللہ نے شفاء دی۔ اب تو میرا اس پر کامل یقین ہے' بہت مددگار دعا ہے۔ علاج کے ساتھ اسے بھی ضرور پڑھیں۔

پریشان حال' مصیبت زدہ کو دیکھ کر پڑھے

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص کسی (مادی' روحانی) مصیبت زدہ (معذور' پاگل' اغوا' قتل' بلڈ پریشر' ہارٹ اٹیک' ایڈز' ہیپاٹائٹس' فالج کا مریض) کو دیکھے اور یہ دعا پڑھ لے تو اللہ تعالیٰ پڑھنے والے کو اس مصیبت / بیماری سے ضرور محفوظ رکھیں گے۔ انشاء اللہ۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ عَافَانِیْ مِمَّا ابْتَلَاکَ بِہٖ وَفَضَّلَنِیْ عَلٰی کَثِیْرٍ مِّمَّنْ خَلَقَ تَفْضِیْلاً O (بخاری)

بہت عرصے سے میرا معمول ہے کہ کسی بھی قسم کے مصیبت زدہ کو دیکھتا ہوں تو یہ دعا پڑھ لیتا ہوں۔ ہر جگہ کوئی نہ کوئی مصیبت زدہ نظر آتا ہے اور میں دیکھتے ہی پڑھنا شروع کردیتا ہوں۔ میرا کامل یقین ہے کہ انشاء اللہ مجھے وہ مصیبت / تکلیف نہیں پہنچے گی اور اکثر مجھے محسوس ہوا کہ اس دعا نے واقعی کام کیا ہے۔

رات کو ڈراؤنے خواب/خیالات سے 100% نجات

قرآن پاک کی آخری 3 سورتیں (سورۂ اخلاص' سورۂ فلق' سورۂ ناس) اکثر کسی وجہ سے ڈراونے خیال' کہانیاں سننے سے یا کسی اور وجہ سے بچپن میں ڈر جاتا تو یہ پڑھتے ہی تمام ڈراونے خیال / خواب یکدم غائب ہوجاتے۔ اب بھی اگر خوفناک خواب آئیں جن وغیرہ یا سانپ ہی سانپ نظر آئیں یا ڈر لگے تو یہ پڑھتے ہی تمام ڈر خوف دور ہوجاتا ہے۔

انجان شخص سے ملنے پر پڑھے' عزت ملے

یَااَحَدُ، یَاوَدُوْدُ

چھ' سات سال پہلے کسی کتاب سے **یَااَحَدُ** کے بارے پڑھا کہ کسی سے ملنے سے پہلے ملاقات تک مسلسل اس کا ورد کرلیں تو دوسرا بندہ نہایت محبت سے ملے گا اور کام بھی سہولت سے ہوگا انشاء اللہ۔ پھر میرے ایک دوست نے مجھے **یَاوَدُوْدُ** کے بارے بتایا کہ اس کے پیر صاحب نقشبندی رحمۃ اللہ علیہ نے بتایا ہے۔ اب تو میرا اکثر معمول ہے کہ کسی سے بھی ملنے جاتا ہوں تو یہ دونوں اسم پڑھ لیتا ہوں۔ اگلا بندہ نہایت عزت سے پیش آتا ہے۔ یَااَحَدُ کا یہی فائدہ عبقری میں بھی نظر سے گزر رہا ہے۔

انٹرویو میں باکمال سہولت / آسانی

ابھی تک میں نے اس کا تجربہ تو نہیں کیا مگر میرے ایک جونیئر حافظ صاحب نے بتایا کہ جب اس کا انٹرویو ہوا ''نوکری پکی ہونے کا'' تو اس نے یہ عمل کیا تو ایسے ایسے سوالات پوچھے گئے کہ وہ ہنس پڑتا کہ اتنے آسان سوال.......... پھر یہی عمل ہمارے ساتھ کی ایک لڑکی نے کیا۔ بظاہر تو وہ اتنی لائق نہ تھی مگر تین انٹرویو کے بعد وہ گورنمنٹ ادارے میں گریڈ 16 میں بھرتی ہوئی 22 ہزار تنخواہ تھی۔ اس نے بھی انٹرویو میں یہی پڑھا۔ آسان اور کامیاب انٹرویو رہا۔ **عمل یہ ہے:** اعوذ باللہ اور بسم اللہ مکمل پڑھنے کے بعد سورۂ کوثر چار بار پڑھیں۔

ہچکی روکنے کا عمل

اول و آخر درود شریف پھر بسم اللہ پوری پھر سورۂ فاتحہ تین بار پانی پر دم کرکے پئیں مجھے ایک دفعہ مسلسل ہچکی شروع ہوئی' پانی پی لیا' چینی کھالی' سانس بند کرکے دیکھا' کان بند کرکے دیکھے مگر بے سود۔ ایک دن اور دو رات یہ مسئلہ رہا۔ دو لونگ منہ میں چبا کر چوسے' انتہائی کڑوے مگر کچھ دیر بعد کچھ فائدہ' پھر وہی' ایک حافظ صاحب نے یہ عمل بتایا کرتے ہی آرام آگیا۔ یوں جیسے جادو ہو۔

اعصابی کمزوری

عبدالرحیم صاحب (اردو بازار لاہور) بتانے لگے کہ ماہنامہ عبقری مارچ 2009 صفحہ نمبر 36 پر اعصابی کمزوری سے نجات کا مضمون ہے۔ میں نے اس چھوٹے سے مگر آسان اور 100% کارگر نسخے پر عمل کیا۔ مگر میں نے صرف رات کے وقت' کھانے کیساتھ استعمال کیا۔ یقین کریں حلفاً بات کہہ رہا ہوں کہ پہلی دفعہ رات کو استعمال کیا تو صبح ہی اس کا اثر محسوس کیا۔ واقعی زبردست ہے۔ جو لکھا سچ تھا۔ ہاتھوں میں جان آگئی۔ بدن چست رہا' پہلے صبح کے وقت اٹھتا تھا تو مٹھیاں بند نہیں ہوتی تھیں (بوجہ کمزوری) اور سستی رہتی تھی مگر ایک ہی دن کے استعمال سے یہ مسئلہ ختم۔ مگر 3/4 دن کے بعد استعمال بند کردیا۔ (بوجہ مصروفیت) تو پہلے والی کمزوری کی شکایت پھر شروع ہوگئی۔ استعمال کریں تو کچھ عرصہ مسلسل استعمال کریں۔

نسخہ: دن کو یا خصوصاً رات کو 5/7 لہسن (تھوم) کی پوتھیاں (لہسن کے چھوٹے ٹکڑے) چھیل کر گھی میں ہلکی آنچ پر براؤن کرلیں کہ کڑواہٹ ختم ہوجائے۔ پھر کوئی بھی چٹخارے دار مصالحہ چھڑک کر روٹی کے ساتھ کھائیں۔ ایک ہفتہ میں تین دن استعمال کریں۔ لہسن کی تعداد آہستہ آہستہ بڑھاتے رہیں۔ پہلی ہی خوراک بدن میں چستی پیدا کرے گی۔ ہاتھوں کی گرفت مضبوط اور طاقت عود کر آئیگی۔ انشاءاللہ۔

خاص نفل برائے حاجات

دونوں عمل اکٹھے کریں' بہت خاص نفل ہیں' آزمائیں!

کوئی حاجت پیش آئے تو صلوٰۃ الحاجت ادا کریں' انشاءاللہ حاجت پوری ہوگی۔ بعد نماز عشاء 2 رکعت نماز حاجت اس طرح پڑھیں کہ پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص 11 بار اور دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد 10 بار اخلاص پڑھیں۔ سلام کے بعد بہت بہت خشوع کے ساتھ دعا کریں۔ انشاءاللہ پوری ہوگی۔

☆ 2 رکعت صلوۃ الحاجات' پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی' دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص' سلام کے بعد خشوع کے ساتھ لمبی دعا۔ انشاءاللہ حاجت پوری ہوگی۔

اسم یَا حَفِیْظُ سے حفاظت

(رشیدہ خانم' لاہور)

مذکورہ بالا خاتون اپنے تجربات و مشاہدات لکھتی ہیں:۔

میں نے یَا حَفِیْظُ سے بہت نفع پایا جو درج ذیل ہے:۔

☆ ایک دن میرے بیٹے علی نے کتاب کیلئے مجھ سے روپے مانگے میں نے 200 روپے دیئے اور کہا کہ علی یہ بہت بڑی رقم ہے اسے سنبھالنا یہ نہ ہو کہ کوئی بچہ بیگ سے نکال لے۔ علی کہنے لگا نہیں میں ان پر اول وآخر درود شریف اور گیارہ مرتبہ یَا حَفِیْظُ کا دم کرکے جیب میں رکھ لیتا ہوں۔ سکول جاکر 120 روپے کی کتاب لی اور بقایا 80 روپے لیکر بک شاپ سے باہر آیا اسے پتا نہ چلا اور وہ 80 روپے گر گئے ایک بچے نے دیکھ لیا جب علی بہت دور نکل گیا تب وہ بچہ روپے لیکر علی کے پیچھے آیا کہا اپنے روپے لے لو۔ اس طرح یَا حَفِیْظُ کی برکت سے 80 روپے واپس مل گئے۔

☆ اسی طرح علی کے بیگ سے اکثر بچے کوئی کتاب یا کاپی امتحانوں کے نزدیک چرا لیتے تھے۔ مجھے بہت پریشانی ہوتی تھی جب سے درس میں یَا حَفِیْظُ کا ورد آپ نے بتایا ہے' بس اسی دن سے علی رات کو اول وآخر درود شریف اور گیارہ مرتبہ یَا حَفِیْظُ پڑھ کر تمام بیگ پر دم کرتا تھا۔ ایک دن علی نے بتایا کہ ایک کتاب نہیں مل رہی' تین دن سے ڈھونڈ رہا ہوں۔ میرا فلاں دن ٹیسٹ ہے' مجھے نئی کتاب لے کر دیں۔ میں نے علی سے کہا کہ اپنے ایمان سے بتاؤ کہ تم رات کو یَا حَفِیْظُ کا دم روزانہ کرتے ہو' علی نے کہا بالکل ناغہ نہیں ہوا میں نے کہا بس اب اللہ خود ذمہ دار ہے کتاب جہاں بھی ہوگی سامنے آجائیگی۔ ٹیسٹ سے ایک دن پہلے ایک بچے کے ہاتھ میں علی کی کتاب نظر آئی اس بچے نے کتاب کے اوپر کا پلاسٹک کور اتار دیا تھا' کتاب کے بیرونی گتے پر علی نے کارٹون سٹیکر لگایا تھا اس بچے نے اسے بھی اتارنے کی کوشش کی جو صاف محسوس ہورہا تھا۔

علی نے اس بچے سے کہا کہ مجھے کتاب دکھاؤ تو اس نے انکار کردیا اور مارنے پر اتر آیا۔ علی نے ٹیچر سے کہا کہ مجھے شک ہے کہ وہ کتاب میری ہے' علی نے مزید بتایا کتاب کے اندر بھی ایک نشانی موجود ہے آپ پہلے بچے سے کتاب لے لیں پھر بتاؤں گا۔

ٹیچر نے بچے سے کتاب لیکر اپنے پاس رکھ لی' پھر علی نے بتایا کہ میرے پیرومرشد نے یَا حَفِیْظُ کا دم بتایا تھا جو میں روزانہ بستہ پر کرتا ہوں اور مجھے امید تھی کہ کتاب مل جائے گی اور آپ کتاب کے تیسرے صفحے پر دیکھیں میں نے پنسل کے ساتھ یَا حَفِیْظُ لکھا ہوا ہے۔ ٹیچر نے کتاب کھولی واقعی تیسرے صفحے پر یَا حَفِیْظُ لکھا ہوا تھا۔ ٹیچر بھی خوش ہوئی کہ بچہ کا اتنا ایمان پکا ہے اور دوسرے بچے نے بھی قبول کیا کہ واقعی میں نے کتاب چرائی تھی۔

☆ علی چونکہ روزانہ بستہ پر دم کرتا ہے۔ گرمیوں کی چھٹیوں سے ایک دن پہلے یعنی سکول کا آخری دن تھا۔ میرا بیٹا علی اپنے ابو کیساتھ موٹر سائیکل پر گھر آیا جب یہ موٹر سائیکل سے اترا تو اس نے کندھے سے بیگ اتارا تو اس کا ہاتھ بستہ کے نیچے لگا تو اس کا ہاتھ بستہ کے اندر چلا گیا میں گیٹ پر ہی کھڑی تھی میں نے دیکھا بستہ نیچے سے بالکل کٹا ہوا تھا' پیندے سے بالکل سیدھا کٹا ہوا......اور دو حصوں میں تقسیم تھا' میں گھبرا گئی وہ بھی ڈر گیا کہ ماما میری کاپیاں راستے میں نہ گر گئی ہوں۔ میں نے جلدی سے بیگ چیک کیا تو عقل دنگ رہ گئی' حیران کُن ہمارے لیے یہ بات بن گئی بیگ کا نچلا حصہ کٹا ہوا ہے اور علی کی چھوٹی چھوٹی چیزیں اسی ترتیب سے رکھی ہوئی ہیں جیسے انہیں کسی نے سہارا دیا ہو۔ اس کا کلر بکس اس کی جیومیٹری بکس تک جما ہوا تھا کاپیوں کا ہلنا تو دور کی بات ہے۔ علی نے اسی وقت سجدہ کیا اور میرے منہ سے اللہ اکبر کی صدا نکل گئی۔ ہے نہ کتنی زبردست بات......کہ یَا حَفِیْظُ کی برکت سے اللہ نے کتنی بڑی پریشانی سے بچالیا۔

☆ علی کرکٹ کھیلتا ہے اس کی گیند 250 کی آتی ہے۔ کبھی تو ایک ہی دن میں گیند گم ہوجاتی ہے' کبھی دوسرے دن' زیادہ سے زیادہ تیسرے دن شاٹ لگتی ہے گیند گم ہوجاتی ہے' کبھی یہ پاپا سے پیسے لیتا ہے' کبھی نانی سے' کبھی نانا سے اور مجھ سے۔ تقریباً مہینے کا دو سے تین ہزار کا خرچہ تھا جس دن سے گیارہ بار یَا حَفِیْظُ کا گیند پر دم کیا ہے ایک گیند خریدی تو بالکل نہیں گم ہوئی۔ ڈھونڈنے پر فوراً مل جاتی ہے۔ گیند پھٹ کر ضائع ہوگئی مگر گم نہیں ہوئی۔ اب میں ہر مہینے تنخواہ پر اسے ایک گیند لے دیتی ہوں جو پھٹ کر ختم ہوتی ہے لیکن گمتی نہیں اور جہاں 2 سے 3 ہزار کا خرچہ تھا یَا حَفِیْظُ کی وجہ سے اس سے بھی جان چھوٹ گئی۔

☆ میرے بچوں کو بلی کا بچہ پالنے کا بڑا شوق ہے لیکن بلی کا بچہ سدھا کر باہر نکالتے تھے' پھر بھی گم ہوجاتا تھا اب میرے گھر میں بلی کے تین بچے پل رہے ہیں۔ تینوں پر یَا حَفِیْظُ کا روزانہ گیارہ بار دم ہوتا ہے بچے کھلے چھوڑے ہوئے ہیں' بڑے بڑے بلے آکر دیوار پر بیٹھتے ہیں لیکن ان کی ہمت نہیں کہ وہ نیچے اتر کر بچوں کو زخمی کرسکیں بچے گھوم پھر کر واپس بھی آجاتے ہیں۔ صرف یَا حَفِیْظُ کی برکت سے............

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

ملٹھی بتائے فائدے ہی فائدے

سائرہ نعیم، گوجرانوالہ

معدہ میں تیزابی مادہ جمع ہوجانے سے جب درد ہونے لگے اور مریض تڑپنے لگے تو چھ گرام ملٹھی، پودینہ اور ایک بڑی الائچی کو دو کپ پانی میں جوشاندہ بنا کر گھونٹ گھونٹ کھانڈ یا نمک ملا کر پلاتے رہنے سے خدا کے فضل سے جلد صحت یابی ہوتی ہے۔ مسکن، ملین اور مدر بول ہے

ہندوپاک میں ملٹھی کو غذا سے زیادہ دوا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ مگر اس کے باوجود یہ ہندوپاک کے ہر باورچی خانے میں موجود ہوتی ہے۔ آیورویدک طریقہ علاج کو ماننے والوں کا کہنا ہے کہ قدرت نے تمام بیماریوں کیلئے شفاء کا کوئی نہ کوئی ذریعہ ضرور بنایا ہے اور ملٹھی بھی ان میں سے ایک ہے۔ ملٹھی ایک ایسی میٹھی جڑ ہے جو اپنی معجزاتی اور شفابخش خصوصیات کے سبب آج بھی استعمال کی جاتی ہے۔

خریدنا اور محفوظ رکھنا

ملٹھی کی جڑیں اور زیر زمین تنا فائدہ مند ہے۔ یہ لکڑی کے خشک ٹکڑوں کی طرح ہوتے ہیں جو سخت اور ریشے دار ہوتے ہیں۔ اس میں ایک لمبا پتلا اُبھار ہوتا ہے اور گہرا رنگ ہوتا ہے۔ اس کی خوشبو دوا جیسی اور بہت تیز ہوتی ہے۔ ابتداء میں یہ میٹھی لگتی ہے لیکن کھا لینے کے بعد اس کا ذائقہ ہلکا کڑوا محسوس ہوتا ہے بالکل اسی طرح جیسے سیکریں ہوتا ہے۔ اگر ملٹھی کو چباتے رہیں تو اس کا ذائقہ میٹھا ہوتا جاتا ہے۔

ادویاتی استعمال

ملٹھی کو گلے کی سوجن دور کرنے کیلئے چبایا جاتا ہے۔ خشک نزلہ یا زبان پر خراش کی صورت میں پانی میں ملٹھی کی جڑ ملا کر غرارے کرنے سے فائدہ ہوتا ہے چونکہ ملٹھی تیزاب سے ہونے والی جلن کو کم کرتی ہے اس لیے اس کو گیسٹرک السر میں مفید قرار دیا جاتا ہے۔ ملٹھی کے پاؤڈر کو مکھن اور شہد میں ملا کر زخم اور کٹی ہوئی جلد پر لگایا جاتا ہے۔ ملٹھی اور سرسوں کے تیل کو ملا کر پیسٹ بنا کر پاؤں یا انگلی کے کسی حصے کے سخت ہوجانے پر لگایا جائے تو فائدہ ہوتا ہے۔ ملٹھی، دودھ اور زعفران کا پیسٹ بنا کر گنج پن اور خشکی کا علاج کیا جاتا ہے۔ ملٹھی مختلف ادویاتی سیرپ اور گولیوں میں ذائقہ پیدا کرنے کیلئے استعمال کی جاتی ہے جبکہ دوران حمل، دل اور گردے کی بیماریوں میں اس کا استعمال غیر موافق قرار دیا جاتا ہے۔

6.6 گرام ملٹھی اور سونف ذرا کوٹ کر 370 گرام پانی میں چار پانچ جوش دے کر اس قہوے میں دودھ، کھانڈ یا نمک ملا کر صبح و شام پینے سے بھوک زیادہ لگتی ہے، بدن چست رہتا ہے، پیاس دور اور نزلہ زکام کا خطرہ ٹل جانے کے علاوہ دماغ تروتازہ ہوجاتا ہے۔

معدہ میں تیزابی مادہ جمع ہوجانے سے جب درد ہونے لگے اور مریض تڑپنے لگے تو چھ گرام ملٹھی، پودینہ اور ایک بڑی الائچی کو دو کپ پانی میں جوشاندہ بنا کر گھونٹ گھونٹ کھانڈ یا نمک ملا کر پلاتے رہنے سے خدا کے فضل سے جلد صحت یابی ہوتی ہے۔ مسکن، ملین اور مدر بول ہے۔ کھانسی کو مفید، غلیظ اخلاط کو معتدل القوام کرتی ہے۔

(بقیہ: اورنگ زیب کا انصاف)

اگلے روز وہ شخص اپنے بھائی سے آخری ملاقات کے لیے آٹھ بجے قیدخانے کے باہر پہنچ گیا۔ اچانک اس نے دیکھا کہ بادشاہ اورنگزیب گھوڑے پر سوار قیدخانے کی طرف آرہا ہے۔ قیدخانے کے عملے میں شہنشاہ کی اس غیر متوقع آمد پر کھلبلی مچ گئی۔ بادشاہ سیدھا اندر چلا گیا اور قیدخانے کے داروغہ سے پھانسی پانے والے شخص کے کاغذات طلب کیے اور ان پر حکم لکھا ''قاتل کو فوراً رہا کردیا جائے'' قیدخانے کا داروغہ اس حکم نامے پر ششدر تھا۔ بادشاہ نے پہلی مرتبہ اپنا سزائے موت کا فیصلہ منسوخ کیا تھا۔ بہر حال بادشاہ کے حکم کے تحت قاتل کو رہا کردیا گیا اور وہ ہنسی خوشی اپنے بھائی کے ساتھ گھر چلا گیا۔ بادشاہ بھی واپس چلا گیا۔

پھانسی کا وقت دس بجے مقرر کیا گیا تھا۔ متعلقہ افسر مجرم کو پھانسی لگانے قیدخانے پہنچا تو قیدخانے کے داروغے نے اسے قاتل کی رہائی کے بارے میں سب کچھ بتادیا۔ حاکم نے قیدخانے کے داروغہ کی اس بات پر یقین کرنے سے انکار کردیا اور سیدھا محل جا پہنچا۔ وہاں جا کر اسے معلوم ہوا کہ شہنشاہ باہر جانے کیلئے کہیں نکلے ہی نہیں۔ اس کے ہوش اُڑ گئے۔ اس نے فوراً شہنشاہ کو ملاقات کیلئے عریضہ بھیجا۔ اورنگزیب نے اسے بلالیا اور تفصیل سن کر سخت مشتعل ہوگیا اور ساتھ لے کر قیدخانے جا پہنچا۔ قیدخانے کا داروغہ ڈر کے مارے کانپ رہا تھا۔ اس نے بادشاہ کو بتایا ''آپ اتنی دیر پہلے تشریف لائے تھے اور قاتل کی رہائی کا اس طرح تحریری حکم دیا تھا'' کاغذات پر بادشاہ کے دستخط اور مہر بالکل اصلی تھی۔ قیدخانے کا داروغہ بے قصور تھا۔ بادشاہ نے دُکھ سے صرف اتنا کہا ''ہم نے قاتل کو سزا دیئے بغیر چھوڑ دیا'' کچھ دیر سوچنے کے بعد گویا بادشاہ معاملے کی تہہ تک پہنچ گیا۔ اس نے قیدخانے کے داروغہ سے پوچھا ''ہم قاتل کو آزاد کرنے کے بعد کس طرف واپس گئے تھے'' قیدخانے کے داروغہ نے اس سمت اشارہ کیا۔ بادشاہ بڑی تیزی سے گھوڑے پر اسی سمت روانہ ہوگیا۔ گھوڑا بہت تیزی سے دوڑ رہا تھا۔ اب وہ شہر سے باہر ویرانے میں داخل ہوچکا تھا۔ کچھ آگے جا کر اس نے دیکھا کہ ایک مجذوب دوڑتا ہوا جارہا ہے، وہ خوفزدہ ہے اور بار بار مڑ کر پیچھے دیکھ رہا ہے۔ بادشاہ کے گھوڑے نے اسے جلد ہی جالیا وہ سرجھکائے خاموش کھڑا تھا۔ اورنگزیب نے مجذوب سے پوچھا نظام میں خلل ڈالنے کی سزا معلوم ہے؟ مجذوب نے جواب میں ایک لفظ کہا ''موت'' پھر ایسا کیوں کیا؟ بادشاہ نے پوچھا: ''وعدہ کرچکا تھا'' مجذوب نے مختصر جواب دیا ''آپ اپنی گردن پیش کرو'' بادشاہ نے حکم دیا۔ مجذوب نے گردن بڑھادی۔ بادشاہ کی تلوار لہرائی اور مجذوب کا سرتن سے جدا ہوکر دور جاگرا۔

سیدنا حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہ کا مختصر مگر جامع تذکرہ

☆ جن کی تربیت خاتم النبین ﷺ کے گھر میں ہوئی۔ ☆ جنکو زمانہ طفولیت میں ہی اسلام نصیب ہوا۔ ☆ جن کو حضور علیہ السلام نے اپنا بھائی قرار دیا۔ ☆ جن کو حضور علیہ السلام نے عشرہ مبشرہ میں شمار فرمایا۔ ☆ سیدہ فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ عنہا کے ساتھ جن کا نکاح ہوا۔ ☆ جن کا درجہ السابقون الاولون میں قرار دیا۔ ☆ جو جوانی کے دور میں اس قدر بہادر مشہور ہوگئے کہ آپ کا لقب اسداللہ تجویز کیا گیا۔ ☆ جن کی زندگی کا دور بت پرستی سے پاک رہا۔ ☆ جن کو غزوہ تبوک کے موقع پر سرور کائنات ﷺ نے گھر والوں کیلئے خلیفہ مقرر فرمایا۔ ☆ جن کی محبت کو رحمت دو عالم ﷺ نے اپنی محبت قرار دیا۔ ☆ جن کے بغض کو احمد مجتبیٰ ﷺ نے اپنا بغض قرار دیا۔ ☆ سیدنا فاروق اعظم رضی اللہ عنہ نے جن کو بہترین فیصلے کرنے والا تسلیم کیا۔ ☆ حضرت عبداللہ ابن عباس رضی اللہ عنہ نے جن کے فیصلوں کی تصدیق فرمائی۔ ☆ سرزمین خیبر میں جن کی آنکھ مبارک پر رسول کریم ﷺ نے لعاب مبارک لگایا۔ ☆ جو علم قرآن میں مہارت تامہ رکھتے تھے۔ ☆ تلاوت قرآن شب و روز جن کا مشغلہ تھا۔ ☆ خدمت حدیث کے سلسلے میں جنہوں نے فخرالانبیا ﷺ سے 586 حدیثیں روایت فرمائی ہیں۔ ☆ جن سے صحابہ کرام اور تابعین عظام کے جم غفیر نے حدیثیں روایت کیں۔ ☆ جن کے حسن تدبر کی وجہ سے کوفہ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین کی چھاؤنی بن گیا۔ ☆ جنہوں نے اہالیان کوفہ کی اصلاح کیلئے حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ کو مقرر فرمایا۔ ☆ جن کی مساعی جمیلہ کی برکت سے ہزاروں محدثین کوفہ کی سرزمین سے پیدا ہوئے۔ ☆ جن کے جسم سے شجاعت کے آثار نمایاں تھے۔ ☆ جو خشیت الٰہی کی وجہ سے اکثر اشکبار رہتے تھے۔ ☆ جنہوں نے جنگلات پر محصول لگا کر بیت المال کیلئے چار ہزار سالانہ کی آمدنی اور بڑھادی۔ ☆ جنہوں نے عمال کے اخلاق کی کڑی نگرانی فرمائی۔ ☆ جنہوں نے تحریری باز پرس کے علاوہ تحقیقاتی کمیشن مقرر فرمایا۔ ☆ بازار میں جا کر ناپ تول کی دیکھ بھال کرنا جن کا شعار تھا۔ ☆ جنہوں نے امیرالمومنین ہوجانے کے باوجود اپنے لیے ساری عمر کوئی عمارت نہ بنوائی۔ ☆ جن کے متعلق سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہ کا مقولہ مشہور ہے کہ سیدنا علی رضی اللہ عنہ قائم اللیل اور صائم النہار تھے۔ ☆ جو بھولے بھٹکوں کو راستہ بتادینا اپنے لیے قابل فخر سمجھتے تھے۔

ڈاکٹر محمد زاہد الحق قریشی، لاہور

وہ والدین جو اولاد کے دشمن ہیں

لاہور سے اکرم صاحب کو اپنی بیٹی کا فون موصول ہوا کہ میرا اب اپنے خاوند کے ساتھ بالکل گزارہ نہیں ہوسکتا۔ انہیں خدا جانے کس نے پٹی پڑھائی ہے کہ انہوں نے ڈاڑھی رکھ لی ہے، شلوار ٹخنوں سے اوپر کرلی ہے اور مجھے بھی کہتے ہیں کہ شرعی پردہ کرو۔ مجھے فوراً طلاق دلوائیں

عنوان پڑھ کر انسان سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہے کہ کیا والدین بھی اولاد کے دشمن ہوسکتے ہیں؟ چند مثالیں ملاحظہ فرمائیں۔

''کچن سے کسی چیز کے ٹوٹنے کی آواز آئی لگتا تھا کہ کچھ برتن ٹوٹ گئے ہیں۔ اسماء اس وقت کچن میں برتن دھو رہی تھی اس کی والدہ بھاگی بھاگی کچن میں آئیں آکر دیکھا نئے امپورٹڈ ڈنر سیٹ کی پلیٹ ٹوٹی پڑی تھی۔ انہوں نے آؤ دیکھا نہ تاؤ جھٹ اسماء کے تڑاخ تڑاخ دو تھپڑ ماردیئے اور پھر اسے خوب بُرا بھلا کہا کہ کیا ہاتھوں میں جان نہیں ہے۔ اتنے قیمتی ڈنر سیٹ کا ستیاناس کر کے رکھ دیا۔ یہ لڑکی دھیان سے کام کرتی ہی نہیں، جب دیکھو نقصان کر دیتی ہے، دوسرے گھر جائیگی تو کیا کرے گی؟

روتی اسماء نے گلاس میں پانی بھرا اور کھڑے کھڑے الٹے ہاتھ سے پکڑے گلاس کو ایک سانس میں پی کر خالی کر دیا۔ ماں دیکھتی رہی اور کچھ نہ بولی کہ بیٹی اس ڈنر سیٹ سے زیادہ قیمتی نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی تین سنتیں تو نے ایک لمحہ میں توڑ دیں۔ اس پر ماں کو ذرا بھی صدمہ نہ ہوا۔ یہ ماں اپنی بیٹی کے حق میں کتنی ظالم ہے کہ اسے بیٹی کی آخرت والی زندگی کی کچھ پرواہ ہی نہیں ہے۔''

''احمد کے ابو غصے سے ٹہل رہے تھے، اس وقت رات کے نو بج رہے تھے، مگر احمد ابھی تک گھر نہیں آیا تھا، اس کے ابو عشاء کی نماز باجماعت ادا کر کے آئے تو احمد کو گھر نا پا کر سیخ پا ہوگئے، احمد کے میٹرک کے امتحانات قریب تھے اور وہ نہ جانے دوستوں کے ساتھ کہاں گیا ہوا تھا؟ اب احمد جونہی گھر داخل ہوا اس کے ابو نے اس کی خوب خبر لی کہ میں محنت کر کے پیسے کماتا ہوں، بھاری فیسیں ادا کر کے پڑھوا رہا ہوں، اگر فیل ہوگئے تو دوبارہ شکل نہ دکھانا۔ احمد روتا ہوا سیدھا اپنے بستر میں جا گھسا۔ اس کی والدہ سخت پریشان تھیں کہ احمد کھانا کھائے بغیر سو گیا ہے۔

لیکن نہ تو اس کے والد کو یہ خیال آیا کہ میں نے تو نماز پڑھ لی مگر بیٹے کی نماز کا کیا بنا؟ نہ ہی والدہ نے سوچا کہ پیارا بیٹا بھوکا سو گیا ہے اس کی تو فکر ہے مگر بیٹا بغیر نماز پڑھے سو گیا ہے اور اگلے جہان میں جہنم کی آگ میں جلے گا اس سے کیسے نجات ہوگی اس کی کوئی فکر نہیں ہے۔''

''لاہور سے اکرم صاحب کو اپنی بیٹی کا فون موصول ہوا کہ میرا اب اپنے خاوند کے ساتھ بالکل گزارہ نہیں ہوسکتا۔ انہیں خدا جانے کس نے پٹی پڑھائی ہے کہ انہوں نے ڈاڑھی رکھ لی ہے، شلوار ٹخنوں سے اوپر کرلی ہے اور مجھے بھی کہتے ہیں کہ شرعی پردہ کرو۔ مجھے فوراً طلاق دلوائیں۔ اکرم صاحب نے جواب دیا بیٹی تم فوراً ملتان آجاؤ اس کا تو دماغ خراب ہوگیا ہے۔ یعنی جو شخص نبی کریم ﷺ کی سنتوں کے مطابق زندگی گزارنے کا ارادہ کرے اس کا دماغ خراب اور جو یہود ونصاریٰ کا طرز زندگی اپنائے وہ بالکل درست، یہ بڑے فکر کی بات ہے۔''

ہمارا معاشرہ ایسی بے شمار مثالوں سے بھرا پڑا ہے کہ والدین اپنی اپنی نمازیں پڑھ کر اولاد کی طرف سے غافل ہو جاتے ہیں وہ کسی بھی لحاظ سے اپنی اولاد کے دوست نہیں کہلا سکتے۔ کلمہ طیبہ پڑھ کر اپنے یقین کو تبدیل کرنا ہوگا کہ ہماری دونوں جہانوں کی مکمل کامیابی اللہ تعالیٰ کے احکامات کو نبی کریم ﷺ کے طریقہ کے مطابق پورا کرنے میں ہی ہے۔ غیروں کے طریقہ میں ناکامی ہے۔ اس یقین کو بنانے کیلئے عملی مشق اپنے تمام گھر والوں کو کروانے والے والدین ہی اپنی اولاد کے حقیقی دوست اور ہمدرد ہیں۔

مجھے شفاء کیسے ملی؟

ان سب بہنوں کیلئے جن کو ماہواری کے دنوں میں پیٹ میں شدید درد ہوتا ہے۔ یہی مسئلہ میرے ساتھ تھا، مجھے اتنی شدید پیٹ میں درد ہوتی تھی کہ انجکشن کے بغیر ٹھیک نہیں ہوتی تھی۔ کتاب مجھے شفاء کیسے ملی؟ سے صفحہ نمبر 197 پر سے میں نے وہ نسخہ بنایا اور اس دن کے بعد آج تک مجھے شدید درد نہیں ہوا۔ ماہواری آنے سے 6-7 دن پہلے لے لیا کریں۔ انشاء اللہ اللہ کے فضل سے درد نہیں ہوگا۔ نسخہ یہ ہے: میٹھی، سونف، ہلدی ان تینوں چیزوں کو ہموزن لیکر پیس کر سفوف بنالیں اور پانی سے صبح وشام ایک ایک چمچ استعمال کریں۔ انشاء اللہ درد نہیں ہوگا اور کھل کر ماہواری آئے گی۔ یہ بہت مجرب نسخہ ہے۔ (بہن محمد ارشد، وہاڑی)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید ورسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں، قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 27 نومبر بروز اتوار کو ہوگا)

حضرت ابراہیم بن ادہم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں میں نے راستے میں ایک پتھر پڑا ہوا دیکھا اس پر لکھا تھا مجھے الٹ کر پڑھیں، میں نے الٹا کر پڑھا اس پر لکھا تھا تو جانی ہوئی چیز پر عمل نہیں کرتا پس تو کیسے اس چیز کو ڈھونڈتا ہے جسے تو نہیں جانتا۔ حضرت انس بن مالک رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ علماء کا کام علمی باتوں میں غور وخوض کرنا جہلاء کا کام ان باتوں کو نقل کرنا ہے اس لیے جہالت کے لوازم عالموں میں نہیں ہوتے اور جو لوگ علم سے مرتبہ اور دنیا کی عزت طلب کرتے ہیں وہ عالم نہیں ہوتے کیونکہ مرتبہ اور دنیا کی عزت جہالت کے لوازم میں سے ہے اور کوئی درجہ علم کے درجے سے بلند نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اگر علم نہ ہو انسان کسی بھی لطیفہ رحمانی کو پہچان نہیں سکتا اور جب علم موجود ہو تو سب مقامات اور مشاہدات اور مراتب کے مقابل کے ہوتا ہے۔

پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی اٹھارویں نسل میں (یہاں ایک بات ضمناً عرض کرتا جاؤں کہ اب تک پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کے بارے میں 82 کتب میری نظر سے گزر چکی ہیں جن میں سے اکثر میں شیخ کے لاولد ہونے کے متعلق لکھا ہے اور بعض میں لکھا ہے کہ شیخ نے شادی ہی نہیں کی۔ عمومی کتب میں آپ کے لاولد ہونے کے بارے میں لکھا ہے۔ بعض مضبوط اور مستند روایات میں یہ بات آتی ہے اور میرے حضرت رحمۃ اللہ علیہ کی کشفی روایات میں ہے کہ وہ فرماتے تھے کہ میں نے خود پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ سے پوچھا کہ شیخ میں اگر لوگوں کو اپنا تعارف کرواتا ہوں تو وہ کہتے ہیں کہ حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی اولاد تھی ہی نہیں تو پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ میری اولاد اور میری بیوی وہیں غزنی میں رہ گئے تھے اور تم بھی انہی میں سے ہو۔ دوسری بات یہ ہے کہ اللہ پاک نے پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کو حضور ﷺ اور صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین کے امت کیلئے غم میں سے کچھ حصہ عطا فرمایا تھا۔) ایک بزرگ گزرے ہیں شیخ مصطفیٰ بن یحییٰ المختر وی میرے حضرت حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے تھے کہ مجھے یہ اعزاز حاصل ہے کہ میں پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی 40 ویں پشت میں سے ہوں۔ شیخ مصطفیٰ (باقی صفحہ نمبر 45 پر)

یوگا، فٹنس اور تندرستی کے راز

عرفان محمود

کسی طرح کی بھی ورزش کرنے سے پہلے مناسب انداز میں وارم اپ یعنی جسم کو گرم کرنا ضروری ہے۔ جسمانی لچک بھی صحت کیلئے اتنی ہی ضروری ہے جتنی کہ ایروبک اور قوت بخش ورزشیں۔ اکثر ایروبک ورزشوں میں جسم کے تمام عضلات استعمال نہیں ہوتے

عام طور پر ورزش کے کسی پروگرام پر عمل کرنے والے افراد آغاز میں پُر جوش ہوجاتے ہیں اور خود کو جسمانی لحاظ سے بہت زیادہ سرگرم کرلیتے ہیں۔ بے شک گھر میں سست پڑے رہنے سے متحرک رہنا بہتر ہوتا ہے لیکن شروع ہی میں بہت زیادہ ورزش کسی زخم یا چوٹ کا باعث بھی بن سکتی ہے اس کا ایک نتیجہ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ ابتدائی دنوں ہی میں آپ اپنی ساری توانائی صرف کرڈالیں اور اس کے بعد ورزش سے بالکل ہی تائب ہوجائیں۔ ورزشی عضویات (ایکسرسائز فزیالوجی) کے ایک ماہر جیمس ایم رپ کا کہنا ہے کہ نئے ورزش کاروں کو چند ہدایات پر عمل کرنا چاہئے جس سے نہ صرف وہ چاق و چوبند رہ سکتے ہیں بلکہ ورزش کے پروگرام کو بھی مستقل بنیادوں پر جاری رکھ سکتے ہیں۔ یہ ہدایات نہ صرف عقلی ہیں بلکہ تحقیق بھی ان کی سفارش کرتی ہے۔

معالج کی رضامندی حاصل کیجئے

آپ نے ورزش حال ہی میں شروع کی ہو یا ایک عرصے سے اسے معمول بنا رکھا ہو دونوں صورتوں میں بہتر ہے کہ معالج سے باقاعدہ معائنہ کراتے رہیں۔ سست اور ہر وقت بیٹھے رہنے والے افراد کیلئے یہ ضروری ہے کہ کسی بھی قسم کی ورزش شروع کرنے سے پہلے معالج سے اپنا مکمل معائنہ کرالیں تاکہ کسی صحیح مسئلے کی صورت میں معالج آپ کیلئے مناسب احتیاطیں اور ورزش کی شدت اور مدت کا تعین کرسکے۔

ورزش سے پہلے اپنے جسم کو کھولیے

کسی طرح کی بھی ورزش کرنے سے پہلے مناسب انداز میں وارم اپ یعنی جسم کو گرم کرنا ضروری ہے۔ جسمانی لچک بھی صحت کیلئے اتنی ہی ضروری ہے جتنی کہ ایروبک اور قوت بخش ورزشیں۔ اکثر ایروبک ورزشوں میں جسم کے تمام عضلات استعمال نہیں ہوتے اور یوں ورزش کے نتیجے میں پیدا ہونے والی لچک اور مضبوطی غیر متوازن ہوسکتی ہے جس سے جسمانی ضرر اور تکلیف کا احتمال پیدا ہوجاتا ہے۔ لہٰذا ورزش سے پہلے کم از کم پانچ منٹ تک لچکدار حرکات اور ہلکی پھلکی اچھل کود کے ذریعے سے سر سے پاؤں تک جسم کے تمام عضلات کو بیدار اور گرم (وارم اپ) کرنا چاہیے۔

اسی طرح ورزش کے بعد بھی جسم کو ڈھیلا چھوڑنا اور ورزش میں آہستہ آہستہ کمی کرنا ضروری ہوتا ہے۔ ورزش کے بعد جب جسم کا درجہ حرارت کم ہوتا ہے تو اس وقت عضلات مضبوط ہوتے ہیں اور ورزش کے بعد جسم کو کھینچنے سے عضلات میں طاقت آتی ہے اس طرح آئندہ پہنچنے والے ممکنہ ضرر سے بھی بچا جاسکتا ہے۔ معمول کی ورزش کے مراحل کو بہ تدریج طے کرنا چاہیے اور ورزش ختم کرتے ہوئے بھی جسمانی حرکات میں آہستہ آہستہ کمی لانی چاہیے تاکہ قلب اور دیگر اعضاء کو معمول پر آنے میں آسانی ہو۔

اعتدال دانش مندی ہے: ورزش کے دورانیے اور شدت میں اعتدال سے کام لینا چاہیے۔ ورزش کے دوران آپ کے جسم کو آرام کا موقع ملنا چاہیے۔ مسلسل اور طویل ورزش فائدے کے بجائے نقصان دے سکتی ہے۔ مطلوبہ فوائد حاصل کرنے اور خود کو غیر معمولی تھکن سے بچانے کیلئے بہتر یہ ہے کہ ورزش ایک دن چھوڑ کر کی جائے۔ مطالعوں سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ 30 منٹ کی ورزش اور 45 منٹ کی ورزش کے فوائد میں بہت معمولی فرق ہوتا ہے تاہم کسی جسمانی چوٹ یا نقصان کا احتمال 45 منٹ کی ورزش میں زیادہ ہوتا ہے۔

اتنی زیادہ ورزش نہ کیجئے کہ آپ بالکل بے دم اور نڈھال ہوجائیں۔ ورزش کے بعد ''گفتگو کرسکنا'' اس بات کو جانچنے کا ایک اچھا پیمانہ ہے کہ آپ نے ورزش اعتدال کے ساتھ کی ہے یا نہیں۔ ایک معتدل ورزش کے بعد آپ کو اس قابل ہونا چاہیے کہ آپ با آسانی بول سکیں اگرچہ یہ ضروری نہیں کہ آپ روانی کے ساتھ بول سکیں۔ زیادہ سے زیادہ حرارے جلانا مقابلوں میں حصہ لینے والے ورزش کار کیلئے مفید اور ضروری ہوسکتا ہے لیکن اس میں زیادتی سے عضلات میں اینٹھن، کندھوں میں درد، ٹانگوں میں ورم، کہنیوں پر غیر معمولی دباؤ اور درد کمر لاحق ہوسکتا ہے۔ ورزش کے دوران اگر آپ کوئی تکلیف یا بے سکونی محسوس کریں تو ورزش کو کم یا ختم کردیں تاہم یہ خیال رہنا چاہیے کہ تھوڑی بہت اینٹھن اور درد قدرتی بات ہے۔

ورزش میں اعتدال کیلئے قلب کی رفتار پر نظر رکھنا بھی ضروری ہے۔ اس سے آپ اپنی ورزش کی شدت اور فوائد کا اندازہ لگا سکتے ہیں۔ نبض کے ذریعے سے ہر دس سیکنڈ میں ہونے والی دھڑکن شمار کریں اور اس تعداد کو چھ سے ضرب دے کر آپ ایک منٹ میں دھڑکنوں کی تعداد حاصل کرسکتے ہیں۔ اگر آپ نوآموز ہیں یعنی نئے نئے ورزش کرنے والے ہیں تو آغاز میں اتنی ورزش کریں کہ قلب کی زیادہ سے زیادہ رفتار میں 60 فیصد تک اضافہ ہو۔ اس کے بعد آپ بتدریج 70 سے 85 فیصد اضافے تک جاسکتے ہیں۔

اگر آپ جسمانی وزن کم کرنا چاہتے ہیں تو 30 منٹ سے ایک گھنٹے تک کی ورزش میں رفتار قلب کی زیادہ سے زیادہ شرح میں 50 سے 70 فیصد سے زیادہ اضافہ نہیں ہونا چاہیے تاکہ زیادہ سے زیادہ حرارے جلائے جاسکیں۔

ورزش کیلئے مناسب لباس: گرم موسم میں ایسے لباس کا انتخاب کیجئے جس میں سے ہوا بآسانی داخل ہوسکے۔ ایسے لباس جسم کو ورزش کے ماحول سے ہم آہنگ ہونے میں مدد دیتے ہیں۔ سرد موسم میں لباس پر لباس اس طرح پہنیے کہ آپ ضرورت کے مطابق کچھ لباس اوپر سے اتار سکیں یا مزید پہن سکیں۔ ورزش کیلئے موزوں جوتوں کا انتخاب بھی اہم ہے کیونکہ کسی بھی قسم کی ورزش میں آپ کے پیروں کا کردار بہت بنیادی ہوتا ہے۔

موزوں غذا کا اہتمام کیجئے: ورزش کے پروگرام کے دوران اپنے کھانے پینے کو نظرانداز کرنا عقل مندی نہیں۔ بہت سے لوگ کافی مقدار میں مرکب نشاستوں (کمپلیکس کاربوہائیڈریٹ) کا استعمال نہیں کرتے جو کہ ورزش کاروں کیلئے بہت ضروری ہوتے ہیں البتہ چکنائی کے روزمرہ استعمال میں احتیاط کرنی چاہیے۔ یکساں مقدار میں چکنائی نشاستوں کے مقابلے میں دگنے حرارے رکھتی ہے۔ اس طرح سیر شدہ چکنائی بھی کولیسٹرول میں کمی کو روکتی ہے۔ اچھی صحت کیلئے ورزش (جاگنگ، سائیکلنگ وغیرہ) کے ساتھ ساتھ مناسب مقدار میں غذا، بہت سا آرام، جسم کو نرم اور ڈھیلا چھوڑنا اور پانی کا زیادہ استعمال بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ اس کے علاوہ تمباکو نوشی اور بسیار خوری جیسی مضر عادات کو ترک کیے بغیر بھی اچھی صحت اور تندرستی حاصل کرنا ممکن نہیں۔

مسافران آخرت

حضرت حکیم صاحب کے مخلص دوست وساتھی اور بزرگ حاجی افضل صاحب کی اہلیہ قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔

عبقری کے مخلص ساتھی محمد قاسم صاحب اچھرہ والے کی ہمشیرہ قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔

حضرت حکیم صاحب کے ہمسائے مرزا وسیم صاحب کی والدہ قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی خصوصی درخواست ہے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر ___

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں‘ قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہور ہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

اس دفعہ رمضان المبارک میں تو واقعی ختم قرآن کے اتنے سلسلے چلے کہ خود میں تھک گیا۔ آخر میں انسان ہوں اور وہ قوم جنات‘ میں اپنی مصروف زندگی میں ان کا ساتھ کیسے دے سکتا ہوں۔ لیکن ہر جن کا اصرار یہی تھا کہ آپ ہمارے ختم القرآن میں آئیں۔ مجبوراً مجھے جانا پڑا۔ ادھر میں تراویح پڑھ کے جسم ٹوٹا تھا اپنے گھر آتا پانی کے چند گھونٹ پیتا‘ اُدھر ان کا تقاضا کہ ہمارے ہاں ختم القرآن پر چلیں۔ بعض راتیں تو ایسی تھیں کہ ایک ایک رات میں مجھے نو نو ختم القرآن کی مجالس میں حاضری دینی پڑی اور بعض اوقات سحری مجھے جنات کے پاس کرنی پڑی۔ میں جو چیز خاص طور پر آپ حضرات کو بتانا چاہوں گا وہ اُن حضرات کا قرآن سے تعلق‘ قرآن سے محبت اور قرآن سے الفت ہے میرا مشاہدہ اور سو فیصد مشاہدہ یہی ہے کہ جتنے بڑے بڑے قاری علماء محدثین‘ مفسرین اور قرآن کو پڑھنے اور سمجھنے والے جنات کے پاس ہیں شاید انسانوں میں صدیوں میں بھی پیدا نہ ہوئے ہوں۔

میں ایک کم علم رکھنے والا شخص لیکن میری تقریر کو وہ ایسی دل گرفتگی اور شوق سے سنتے ہیں کہ ان پر گریہ اور آنسو جاری ہوجاتے ہیں اور بعض اوقات سسکیاں اور اکثر آہ و بکا کی آوازیں بہت زیادہ ہوتی ہیں۔ حتیٰ کہ ابھی تیرہ رمضان کو درس قرآن اور تقریر کے دوران میں نے جنات کے بچوں کو روتے ہوئے دیکھا پھر میرے اندر ایک خیال آیا کہ میرے اندر تو قوت تاثیر نہیں ہے بس ان حضرات کا قرآن سے لگاؤ اور محبت ہی ہے جس نے انہیں اتنا ذوق عطا کیا ہے اور یہ ذوق واقعی ان کے اندر بہت زیادہ ہے۔

اسی رمضان میں کل من علیھا فان ......کی تفسیر میں نے بیان کی بس اللہ پاک کی طرف سے مضامین کی آمد تھی اور میں بیان کرتا چلا گیا بس بیان کیا تھا اللہ کی طرف سے کچھ توجہات تھیں۔ اتنی آہ و بکا تھی اور اتنا رونا تھا کہ کئی دفعہ مجھے خاموش ہونا پڑا کہ خود میری آواز اُس رونے میں دب گئی۔ اور مجھے چپ کرانا پڑا۔ ایک بار تو میں نے حاجی صاحب کے بیٹے عبدالسلام کی ذمہ داری لگائی کہ وہ ان حضرات کو چپ کرائیں۔ لیکن وہ چپ ہو ہی نہیں رہے تھے موت کا تذکرہ‘ آخرت کا تذکرہ‘ قبر کا تذکرہ اور خاتمہ بالخیر یہ ان حضرات کیلئے ایک جان لیوا مضمون اور منظر تھا خود مجھے ایک ایسا احساس ہوا کہ موت کی حقیقت کو جتنا مسلمان جنات جانتے ہیں شاید ہم مسلمان انسان بھی کم جانتے ہیں۔ اسی تقریر کے بعد ایک بوڑھا جن جس نے اپنی عمر ساڑھے سترہ سو سال بتائی اور ساتھ والے جنات نے اس کی تصدیق بھی کی اور انوکھی بات یہ ہے کہ ساری زندگی اس کی سومنات کے مندر کے پجاری کے طور پر گزری کوئی دوست اس کو میری تقریر سنوانے کیلئے وہاں سے لایا تھا۔ جب اس نے کل من علیھا فان......کی تفسیر اور موت‘ جہنم‘ قبر آخرت کا تذکرہ سنا تو اس کی چیخیں نکل گئیں۔

بعد میں میرے پاس آیا اور کہنے لگا میں مسلمان ہونا چاہتا ہوں اور میں نہیں بلکہ میرے ساتھ سومنات کے اور جنات پجاری بھی مسلمان ہونا چاہتے ہیں میں نے ان سب کو بلوالیا ہے میں نے انہیں کلمہ شہادت پڑھایا‘ ایمان کی شرائط پڑھائیں اور ساتھ بیٹھے ایک عالم جن جن کا نام نعمان تھا انہیں تاکید کی کہ ان کے قبیلے میں جاکر انہیں اسلام ایمان اور اخلاق سکھائیں جس وقت میں انہیں کلمہ پڑھا رہا تھا وہ ہندو جنات کا ایک بہت بڑا گروہ تھا جب میں نے ان کی زبانوں سے کلمہ شہادت سنا میں خود بہت پھوٹ پھوٹ کر رویا کہ یااللہ میں اس قابل کہ صدیوں پرانے سومنات کے پجاری میرے ہاتھوں کلمہ پڑھیں اور انہیں ایمان کی دولت نصیب ہو یہ تو نے کتنی بڑی سعادت میرے ہاتھوں لکھی ہے وہ ایسا جھوم جھوم کر کلمہ پڑھ رہے تھے کہ خود میرا دل یہی چاہ رہا تھا کہ میں بھی کلمہ پڑھتا رہوں آنسو تھے کہ تھمنے کا نام نہیں لے رہے تھے اور ان کی چیخیں اور توبہ عرش الٰہی کو ہلا رہی تھیں۔ آخر میں ایک بار انہوں نے پھر دعا کا تقاضا کیا اب جو دعا ہوئی دل کی کیفیت ہی کچھ اور تھی اور ان حضرات کی آمین...... ظاہری طور پر بھی اور دل میں بھی ایک احساس ہو رہا تھا کہ اللہ جل شانہٗ نے میری دعا کو سن لیا قبول فرمالیا‘ عرش الٰہی پر اٹھالیا ان میں سے ہر جن کو میں نے ابتدائی سبق پانچ کروڑ دفعہ کلمہ پڑھنے کا دیا کہ پانچ کروڑ دفعہ کلمہ پڑھ کر پھر مجھ سے آئندہ سبق لیں اور باقی اپنی دینی زندگی عالم دین نعمان صاحب سے سیکھتے رہیں۔

جب میں اٹھ رہا تھا چونکہ اتنے لاکھوں جنات سے میں مصافحہ نہیں سکتا تھا تو میں نے سب سے اجتماعی سلام کہا اور جب وعلیکم السلام کا جب میں نے جواب سنا تو دل میں ایک احساس سا ہوا کہ یااللہ انہوں نے مجھ پر سلام بھیجا ہے اے اللہ اپنی بارگاہ کو اپنی میں قبول فرما کر پوری امت کو سلامتی پورے عالم کو سلامتی اور ہمارے ملک کو سلامتی عطا فرما۔ ویسے بھی جناتی دنیا میں سلام کرنے کا ذوق بہت زیادہ ہے۔ مجھے ایک بوڑھے جن نے جس کو میں نہیں جانتا لیکن وہ مجھ سے بیعت ہے۔ ایک دفعہ بتایا جس کھانے سے پہلے اکیس دفعہ یَاسَلَامُ پڑھ لیا جائے یا دوائی کھانے سے یا کھانا کھانے سے پہلے یا کسی سفر سے پہلے یا کسی کام سے پہلے یا کسی مہم سے پہلے یا کسی مقصد سے پہلے اکیس دفعہ یَاسَلَامُ پڑھ لیا جائے وہ کھانا شفاء اور صحت بن کر‘ وہ دوائی شفاء وصحت حتیٰ کہ بہت جلد وہ دوائی چھوٹ کر مکمل شفاء یابی ہوجاتی ہے اور جس مہم میں جائے‘ جس مقصد کیلئے جائے وہاں کی تکلیفوں سے دور ہو کر خیریں اس کا مقدر ہوجاتی ہیں اور برکتیں اور رحمتیں اس کے قدم چومتی ہیں اور مزید بوڑھے جن نے بتایا کہ جو شخص گھر میں داخل ہوتے ہوئے صرف پانچ یا سات بار یَاسَلَامُ پڑھے گا گھر سے جھگڑے‘ تکلیفیں بیماریاں پریشانیاں اور مسائل ختم ہوجائیں گے‘ مشکلیں ختم ہو کر آسانیاں اور برکتیں اس گھر میں آجائیں گی اور واقعی میں نے جس جس کو یہ دونوں عمل بتائے اور جس نے بھی کیے انہوں نے اس کے کمالات سو فیصد پائے بلکہ اس سے بھی زیادہ پائے۔ **(جاری ہے)**

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں‘ مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف‘ عملیات یا طب وحکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں‘ بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں‘ پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط وکتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **(فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

محمد وسیم لاہور

گھونگھے اور مکڑی کیسے سفر کرتے ہیں

بعض اوقات مکڑیاں ان پلوں پر بیٹھی رہ جاتی ہیں اور یہ پل ہوا کے زبردست جھونکوں سے فضا میں اڑ جاتے ہیں اور اس مکڑیاں فضائے بسیط میں ''پروں'' کے بغیر پرواز کرکے سینکڑوں میل کا سفر طے کرلیتی ہیں۔ کبھی کبھی مکڑیوں کے بنائے ہوئے یہ پل ہم انسانوں کو نظر بھی آجاتے ہیں

جانوروں کی دنیا جتنی وسیع اور ہمہ گیر ہے اتنی ہی عجائب اور غرائب سے بھرپور بھی ہے۔ یہاں قدم قدم پر آپ کو اتنے حیرت انگیز تماشے نظر آئیں گے کہ آپ بے ساختہ ان حقیر کیڑے مکوڑوں کی ذہانت کو خراج تحسین ادا کریں گے جو قدرت نے انہیں عطا کی ہے۔ سفر کے دوران میں اکثر حشرات الارض سرنگیں، پل اور لمبی لمبی سڑکیں بناتے چلے جاتے ہیں۔ اس معماری کے بغیر ان کا سفر مکمل ہوتا ہے نہ ان کی جان محفوظ سمجھی جاتی ہے۔

کیا آپ نے کبھی گھونگھے کو سفر کرتے دیکھا ہے؟ اکثر دیکھا ہوگا۔ اس کی کھال بے حد چکنی اور چمکدار ہوتی ہے اور یہ عموماً رات کی تاریکی اور سائے میں حرکت کرتا ہے تاکہ پرندوں کی عقابی نظروں سے محفوظ رہ سکے۔ سخت زمین یا تیز دھار والی گھاس پر جب یہ چلتا ہے تو اس کے منہ میں سے ایک لیس دار مادے کی ایک پٹی سی خارج ہوتی ہے جو اس کے جسم کے نیچے قالین کی طرح بچھتی جاتی ہے اور گھونگھا اسی پٹی پر رینگتا ہے۔ یوں اس کا نرم و نازک جسم زخمی ہونے سے بچ جاتا ہے۔ یہ لیس دار مادہ گھونگھے کیلئے اتنا ضروری ہے کہ بیان سے باہر...... آپ اس کی راہ میں ریزر بلیڈ گاڑ دیں، گھونگھا اس بلیڈ کی دھار پر سے بھی اسی طرح گزر جائے گا جیسے پھول کو مسلتا جارہا ہو۔ اس کے بچاؤ کا سبب یہی لیس دار مادہ ہے جس سے وہ اپنے سفر کیلئے سڑکیں بناتا ہے۔ صبح سویرے سورج نکلنے کے چند لمحے بعد اگر آپ کو اپنے باغیچے میں جانے کا اتفاق ہو تو آپ دیکھیں گے کہ رات کو پڑی ہوئی اوس کے ننھے منے موتیوں کے درمیان کہیں کہیں چمکدار لمبی لمبی سفید لکیریں بھی موجود ہیں۔ یہ ہیں وہ ''سڑکیں'' جو گھونگھے نے اپنے سفر کیلئے تیار کی ہیں، بالکل اسی طرح جیسے سڑکیں بنانے والی دیوپیکر مشین جب چلتی ہے تو اپنے آگے سڑک بناتی جاتی ہے ایسی سڑک کو کارپٹ کہتے ہیں۔ سڑکیں بنانے والا یہ لیس دار مادہ گھونگھے کے جسم کے غدودوں میں تیار ہوتا ہے اور گھونگھے کے حرکت کرتے ہی اس کے جسم سے گرنا شروع ہوجاتا ہے۔ شاید آپ کو گھونگھے کی ''عظیم رفتار'' کا علم نہ ہوگا۔ آیئے! ہم بتائیں یہ ننھا سا کیڑا ایک منٹ میں صرف دو انچ کا فاصلہ طے کرتا ہے۔ یعنی ایک گھنٹے میں دس فٹ، یہ گھاس پر چلے یا پتھریلی زمین پر اس کی مقررہ رفتار میں کبھی فرق نہیں آتا۔

اب آیئے! ننھی منی، لیکن بے حد چالاک اور دانش مند مکڑیوں کی طرف۔ ان کے حرکت کرنے کے طریقے بڑے عجیب اور اتنے پُراسرار جتنی خود مکڑیاں۔ یہ اکثر لمبے لمبے پل بناتی ہیں۔ درختوں کی شاخوں کے درمیان یہ پل ان کی آمدورفت کا کام دیتے ہیں اور اتنے باریک ہوتے ہیں کہ دوسروں کو نظر نہیں آتے۔ مکڑی جب ان پر دوڑتی ہے تو ایسا دکھائی دیتا ہے جیسے ہوا پر چل رہی ہو۔ بعض اوقات مکڑیاں ان پلوں پر بیٹھی رہ جاتی ہیں اور یہ پل ہوا کے زبردست جھونکوں سے فضا میں اڑ جاتے ہیں اور مکڑیاں فضائے بسیط میں ''پروں'' کے بغیر پرواز کرکے سینکڑوں میل کا سفر طے کرلیتی ہیں۔ کبھی کبھی مکڑیوں کے بنائے ہوئے یہ پل ہم انسانوں کو نظر بھی آجاتے ہیں۔ موسم گرما کے آخری دنوں میں یا خزاں کے ابتدائی دور میں غروب آفتاب کے وقت یہ پل مغرب کی جانب لہراتے، بل کھاتے اور چمکتے دکھائی دیں گے اور تعداد میں اس قدر کہ شمار کرنا ممکن نہ ہوگا۔ سخت گرمی کے موسم میں جب مکڑیاں گھبرا جاتی ہیں، تب ان پر آسمان کی ٹھنڈی فضاؤں میں پہنچنے کی دھن سوار ہوتی ہے۔ پرندوں کی مانند ان کے پر ہوتے تو ارادہ کرتے ہی فضا میں پہنچ جاتیں، لیکن قدرت نے انہیں پر عطا نہیں کیے، البتہ انتہائی طاقتور اور منظم دماغ ضرور دیا ہے چنانچہ مکڑیاں اپنی دماغی صلاحیتیں بروئے کار لاتی ہیں وہ نہایت خوبصورت اور ہلکا پھلکا جالا بنتی ہیں اور ایسے رخ کہ جونہی ہوا کا معمولی جھونکا آئے یہ جالا اپنی جگہ سے الگ ہوکر ہوا میں اڑنے لگے۔ سمندروں میں سفر کرنے والے اکثر جہازوں کے اوپر مکڑیوں کے ایسے جالے پائے گئے ہیں جو فضا میں سے اترے اور جہازوں سے چمٹ گئے۔ یہی حال ہوائی جہازوں کا بھی ہے بعض دفعہ جہاز جب زمین پر اترتے ہیں تو ان کے کاک پٹ پر مکڑیوں کے جالے چمٹے ہوئے ملتے ہیں اور ان جالوں میں جیتی جاگتی مکڑیاں بھی نظر آتی ہیں۔

انتخاب: ام فروہ

مثبت پہلو اور رویہ

روحانی اصولوں کے مطابق آپ کی طرف آپ کے خیالات کے موافق ہی آپ کے دنیاوی حالات کیفیات متوجہ ہوتی ہیں

یاد رکھیے! ہم اپنی زندگی میں جس پہلو کو سب سے کم اہمیت دیتے ہیں وہ ہے ہمارا خیال اور سوچنے کا طریقہ جبکہ ہمارے چلن اور شخصیت کی تعمیر میں یہ سب سے زیادہ اثر انداز ہوتا ہے۔ ہر بات یا واقعہ کو مثبت طور سے دیکھنے کی عادت کا ارتقاء کریں۔ چاہے وہ کتنا ہی تکلیف دہ کیوں نہ ہو۔ منفی اور فضول انداز فکر دماغ کو کمزور کردیتا ہے۔ اسے بے چین، مشتعل اور زہریلا بنادیتا ہے۔

اپنے ذہنی پہلو اور نکتہ نظر کو دوبارہ منظم کرکے ہر ایک منفی حالت کو مثبت صورت میں تبدیل کریں۔ یہ کیسے کیا جائے؟ اس کیلئے ایک مثال دیتا ہوں فرض کریں کوئی آپ کو گالی دیتا ہے یا غصہ میں غلط بات کرتا ہے اس وقت دل میں صرف یہ خیال کریں کہ وہ شخص ابھی پوری طرح سمجھدار نہیں ہوا ہے اور اس کی ذہنی کیفیت ابھی ٹھیک نہیں ہے اس لیے وہ ایسی باتیں کررہا ہے لیکن اس شخص کیلئے کسی طرح کے برے خیالات اپنے دل میں نہ لائیں۔ یہ ہوا مثبت پہلو اور رویہ۔

اس کے برعکس اپنے خیالات کو مثبت بنا کر آپ اپنی طرف سے ایسے دنیاوی حالات اور ماحول کو متوجہ کرتے ہیں جو آپ کے مددگار بنتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ روحانی اصولوں کے مطابق آپ کی طرف آپ کے خیالات کے موافق ہی آپ کے دنیاوی حالات کیفیات متوجہ ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر فرض کریں کہ آپ کو کوئی خاص بیماری لگ جانے کا خوف بار بار ہوتا ہے۔ آپ دیکھیں کہ کچھ عرصے بعد آپ میں اس بیماری کی علامات ظاہر ہونے لگی ہیں۔ خیالات میں اتنی قوت ہے وہ پتھر کی طرح ٹھوس حقیقت ہیں۔

مثبت خیالات سے بھرپور رہ کر آپ اپنے چاروں طرف تخلیقی لہروں کا نورانی خول بنالیتے ہیں۔ اس سے آپ کی ہی نہیں بلکہ آپ کے تعلق میں آنے والے ہر ایک شخص کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ نورانی خول دوسروں کے ذریعے چھوڑے گئے منفی خیالات کی لہروں سے آپ کی حفاظت بھی کرتا ہے۔

باپ نے بیٹیوں کی عزت تار تار کر دی

جدید میڈیا' موبائل اور انٹرنیٹ کا کمال اس خط میں پڑھیں اور فوراً اپنا نظام اور گھر کا نظام تبدیل کریں۔

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ راز داری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے آج تک اپنے شوہر کی ہر برائی کا پردہ رکھا مگر اب مجبور ہو کر اپنا دکھ اور تکلیف بیان کر رہی ہوں۔ یہ مت سمجھنا کہ میں اپنے شوہر کو بدنام کر رہی ہوں بات دراصل یہ ہے کہ میرے شوہر کو بچپن ہی میں جناتی اثر ہو گیا تھا ماں باپ نے علاج تو کروایا لیکن شادی کے بعد وہ چیزیں مجھ کو ڈراتی رہیں پھر بچے ہوئے تو ان کو بھی ڈرایا جب میری شادی ہوئی تو مجھ کو پتہ چلا کہ میرا شوہر ٹھیک کردار کا نہیں ہے' پھر میں نے اس کو اپنی آنکھوں سے دیکھ لیا کہ اس شخص کو کوئی شرم و حیا نہیں' کوئی غیرت نہیں' کوئی بھی بچہ بچی لڑکا یا لڑکی اور یا کوئی عورت ہر ایک کے سامنے اپنے کپڑے اتار دیتا تھا' شادی کے شروع میں میری چھوٹی بہنوں کو باغ میں لے گیا سیر کے بہانے اور ادھر نہایت گندی تصاویر دکھائیں وہ چھوٹی سی تھیں اس نے گھر آ کر امی کو سب بتا دیا۔ پھر میری امی کے گھر ہی میرے ابو کا تہبند باندھ کر میری بہنوں کے سامنے بیٹھ گیا جسم کھول کر............ پھر ایک دفعہ نہایت گندی تصاویر موبائل پر لا کر کمرے میں رکھ کر چلا گیا اور میری چھوٹی بہن نے دیکھ لیا یہ بات اس نے مجھ کو اب بتائی ہے جبکہ وہ جوان ہو چکی ہے۔ یہ کچھ ہی عرصہ پہلے کی بات ہے کہ امی کے گھر جاتا ہے پینٹ کی زپ کھول دیتا ہے تو پھر میری بہن کو کہتا ہے کہ مجھ کو کھولنے کی عادت ہے کسی سے ذکر مت کرنا یہ تو رہے میرے میکے کے حالات۔ اب میرے حالات سنیے ہمارے پہلے گھر کیساتھ میں کرایہ دار تھے' ان کے لڑکے کی عمر 15 سال تھی' موبائل کے فنکشن کا ماہر تھا' میرا شوہر موبائل پر میری تصاویر کھینچ کر اس کو پکڑا دیتا اور کہتا کہ اس کی مجھے سیٹنگ کر دو اور میرا شوہر کہتا ہے کہ بہت بڑے گلے پہن کر دوپٹہ اتار کر گھر کے کام کرو' ایسی حالت میں مجھ کو میرے چچا سسر نے اور ان کے بیٹے نے دیکھ لیا۔

میرے شوہر نے اور بھی بہت سی غلیظ حرکات میرے ساتھ کی ہیں' اس کا ذہن یہ ہے کہ جب ہم میاں بیوی حق زوجیت ادا کر رہے ہوں تو لوگ ہمیں دیکھیں' کمرے کی لائٹیں جلا کر کھڑکیاں کھول کر' میری تصاویر بناتا ہے اور پھر مجھ سے کہتا ہے کہ کوئی بھی نہیں دیکھ رہا حالانکہ ہمارے گھر کے باہر سڑک ہے اور وہاں ہر وقت ٹریفک چلتی ہے۔ ہمارے رشتہ دار اور کرایہ دار بھی تھے۔ انہوں نے بھی مجھ کو دیکھا میرے شوہر کو ذرا سی بھی غیرت نہیں آئی بلکہ جنگلے کے نیچے کھڑا کر کے میری تصویر بناتا رہا اور میری 3 سال کی بچی بھی مجھ کو دیکھ رہی تھی۔ یہ میں نے آپ کو کافی عرصہ پہلے کے حالات بتائے ہیں اور اب میری 5 بیٹیاں ہو چکی ہیں ابھی بھی میرا شوہر اپنی حرکتوں سے باز نہیں آیا اب سے چھ ماہ پہلے کی بات سنیں۔ میرے سسرال والوں نے اپنے گھر میں اپنی بیوہ پھوپھی کو رکھا ہوا ہے اس کی سب سے بڑی بیٹی جواب جوان ہو چکی ہے جب سے وہ چھوٹی تھی اس کے ساتھ بھی غلط حرکتیں کرتا تھا اس کے سامنے ہی برہنہ ہو جاتا تھا اب بھی اس کی جان نہیں چھوڑتا' ویسے تو اس کو اپنی بیٹی کہتا ہے ایک دن وہ کپڑے بدل رہی تھی اور میرا شوہر اس کو اوپر سے جھانک رہا تھا اس لڑکی کے گھر والوں نے دیکھ لیا لڑکی کا بہنوئی جو کہ اس کا چچازاد بھائی بھی ہے اس کے سامنے اس نے قرآن اٹھا لیا کہ ''قسم سے میں نے اسے نہیں دیکھا۔''

پہلے ہم جس گھر میں رہتے تھے ان کے ساتھ کے گھر میں ایک لڑکا تھا جس کا ذکر میں پیچھے کر چکی ہوں اس کے بارے میں بھی اب بات نکلی ہے کہ میرا شوہر اس لڑکے کے ساتھ بُرا فعل کرتا ہے حالانکہ یہ وہ لڑکا ہے جس کے بارے میں میرے شوہر نے مجھے بتایا کہ تم کو نہاتے ہوئے اس لڑکے نے دیکھا ہے اور جب تم گہری نیند سو رہی تھی تو یہ تم کو چھیڑ رہا تھا میں نے اپنے شوہر کو کہا کہ جب تم نے اس کو دیکھا تو تم کو غیرت نہیں آئی تم نے اس کو کچھ نہیں کہا یہ تو خدا جانتا ہے کہ میرا شوہر جھوٹ بولتا ہے یا سچ مگر اسی لڑکے نے جبکہ ایک رات میرا شوہر گھر پر نہیں تھا فجر کے وقت اس نے میری عزت پر ہاتھ ڈالا تو میری آنکھ اسی وقت کھل گئی۔ یہ بات میں نے اپنے شوہر کو بتائی اس کے باوجود میرا شوہر اس لڑکے کو گھر لاتا ہے وہ بھی آدھی رات کو جب ہم کو اس کا پتا چلا تو کہنے لگا وہ مجھ سے سی ڈی لینے آتا ہے کیا میرے شوہر کو اتنی غیرت نہیں آتی کہ اس لڑکے نے میری بیوی کی عزت پر ہاتھ ڈالا اور جبکہ میری 5 بیٹیاں بھی ہیں جب یہ ہمارے گھر میں رہتے تھے تو ایک دن میرا شوہر اس لڑکے کو کمرے میں لے کر گیا اور مجھ کو شک ہوا میں ان کے پیچھے گئی اور دروازہ ناک کیا جب میرے شوہر نے دروازہ کھولا تو کہنے لگے کہ میں اس سے دوائی لگوا رہا ہوں اور ٹی وی اور ڈی وی ڈی کمرے میں تھا پھر ایک دفعہ کافی عرصہ پہلے کی بات ہے کسی آدمی کو گھر لے آیا اس وقت تقریباً 11 بجے تھے میری آنکھ کھل گئی میں نے پوچھا تو کہنے لگے کہ میرا دوست باہر سے آیا' میری سادگی اور بھولا پن میں اس شخص کو اب تک نہیں جان سکی مگر اب تو انتہا ہی ہو گئی ہے میرا شوہر حق زوجیت ادا کرتے وقت جہاں صحن میں میری بچیاں سوئی ہوتی ہیں وہاں جانے کو مجبور کرتا ہے اور بچیوں کے سامنے جسم ننگا کرنے والے کپڑے پہننے کو کہتا ہے حالانکہ اس کی غلطیوں کی سزا میں نے اور میری بچیوں نے بھگتی ہے کہتے ہیں ''جیسی کرنی ویسی بھرنی'' ایک لڑکا جس کو میرے شوہر نے نہایت گندی فلمیں دکھائیں اس کے ماموں کا بیٹا تھا تو اس لڑکے نے ویسی ہی حرکت میری بیٹی کے ساتھ کرنے کی کوشش کی۔

یقین جانیے کہ اللہ نے اس بچی کو ایسے بچایا جیسے ایک ہاتھ دوسرے ہاتھ کے اوپر آ گیا تھا۔ اسی وقت میں نے اپنی بچی کو آواز دی اور اللہ تعالیٰ نے میری بچی کی عزت کی حفاظت کی۔ ایک لمحہ بھی گزرتا تو مجھ کو میری بچی کی لاش ملنی تھی۔ میری بچی نے ساری بات بتائی جو کہ اس کے ساتھ ہوا اور جو کرنے والا تھا۔ میری بیٹی کی عمر صرف سات سال تھی' اتنی بڑی بات ہونے کے باوجود میرے شوہر کے کان پر جوں تک نہیں رینگی نہ کوئی افسوس' نہ کوئی دکھ اور نہ ہی کوئی پچھتاوا کھایا پیا اور سکون سے سو گیا۔ میں نے یہ سب اس لیے بیان کیا ہے کہ آپ مجھ کو بتائیے کہ میرے شوہر کے ساتھ شیطانی چیزیں ہیں' جادو ہے یا اس کی فطرت ہی ایسی ہے میں نے اس کے لیے بہت پڑھائیاں کی ہیں۔ اذان والا عمل بھی شروع کیا ہوا ہے آج کل کے جو حالات ہیں ہر حرکت اور ہر بات کا اٹیک مجھ پر دے رہا ہے کہ تم نے مجھ کو بدنام کر دیا ہے میری ہر خواہش پوری کرو جائز ناجائز وہ بھی بند کمرے میں نہیں بلکہ کھلے عام خاص طور پر بچیوں کے سامنے' رمضان کا مہینہ ہے نہ روزے رکھتا ہے' نہ نماز اور نہ ہی قرآن پاک پڑھتا ہے۔ افطاری کے ٹائم پر انگلش فلمیں لگا لیتا ہے کوئی گندا سین آئے نہ آئے اس کو کوئی پرواہ نہیں اگر میں کچھ کہوں تو لڑائی کرتا ہے اس جمعرات کی بات ہے افطاری کے بعد اس نے مجھ کو مجبور کیا کہ بڑے گلے والی قمیض پہنو اسی حالت میں مجھ کو میری ساس نے دیکھا اور اپنے بیٹے کو کچھ بھی نہیں کہا اور چپ ہو کر بیٹھی رہی اسی وقت میرے سسر بھی (باقی صفحہ نمبر 43 پر)

حکیم عبدالناصر

اطباء کے حیرت انگیز کارنامے

مشہور جابر حاکم حجاج بن یوسف ثقفی کے زمانے میں تیاذوق نامی طبیب گزرا ہے۔ حجاج ایک مرتبہ دردسر میں مبتلا ہوگیا اس نے تیاذوق کو طلب کیا اور اس سے علاج دریافت کیا۔ تیاذوق نے کہا کہ اپنے دونوں پاؤں کو گرم پانی سے دھولو اور پھر اس پر تیل مل لو

نکسیر سے بخار میں فائدہ: شہر رومیہ کے ایک نوجوان کو بہت تیز بخار ہوا بہت سے اطباء اس کے پاس موجود تھے اور وہ اس کے بخار کو کم کرنے کی تدابیر کررہے تھے۔ آخر میں اس نے یہ طے کیا کہ اس نوجوان کی فصد کھول کر خون خارج کردیا جائے۔ ہوسکتا ہے کہ اس سے بخار کم ہوجائے اور مریض کو راحت مل جائے۔ ابھی یہ طے ہوہی رہا تھا کہ جالینوس کا اُدھر سے گزر ہوا اس نے جب سنا کہ اطباء فصد کھولنے کی بات کررہے ہیں تو اس نے ان کو منع کیا اور کہا کہ ابھی تھوڑی دیر بعد اپنے آپ ہی خون بہہ جائے گا فصد کھولنے کی ضرورت نہیں ہے ابھی چند لمحے ہی گزرے تھے کہ وہاں موجود لوگوں نے دیکھا کہ مریض کی ناک سے نکسیر کی شکل میں یکا یک خون جاری ہوگیا۔

گرنے سے آواز بند: ایک شخص کو گرجانے سے جسم پر چوٹ آگئی۔ علاج کرنے سے چوٹ تو ٹھیک ہوگئی لیکن آواز بند ہوگئی اور بہت کوشش کے باوجود بھی منہ سے آواز نہیں نکلتی تھی۔ اطباء اس بات سے کافی حیران ہوئے کہ گرنے سے قوتِ گویائی کیوں ختم ہوگئی؟ جالینوس نے بھی اس مریض کو دیکھا اور کہنے لگا کہ گرنے سے بولنے والے آلات مجروح ہوگئے ہیں اس نے اس بات کی بھی وضاحت کردی کہ آواز کیسے اور کن آلات سے پیدا ہوتی ہے۔ اپنے کہنے کے مطابق اس نے انہیں آلات کا علاج کیا جس سے مریض بولنے پر قادر ہوگیا اور اس کی پہلے والی حالت دور ہوگئی۔

مرض عشق کی تشخیص: ایک عورت ہروقت مغموم رہتی تھی اور دن رات بہت بے چینی سے گزارتی تھی اور اس حالت کو پہنچ گئی تھی کہ بالکل مجنون معلوم ہوتی تھی۔ جالینوس کے پاس اس عورت کو لایا گیا جالینوس نے اس عورت کی نبض دیکھی اچانک ایک مشہور رقاص کا ذکر آگیا اس کا نام سنتے ہی اس کی نبض میں زور سے حرکت پیدا ہوئی اور وہ غیر منتظم ہوگئی۔ جالینوس نے اور دوسرے مشہور رقاصوں کا نام لیا لیکن کسی کے نام پر بھی اس طرح کی کوئی حرکت نہیں ہوئی جالینوس سمجھ گیا کہ یہ عورت اسی رقاص پر فدا ہے جس کے نام پر نبض میں یہ مخصوص تغیر ہوا ہے

خصیے نکالنے سے ڈاڑھی غائب: مشہور جابر حاکم حجاج بن یوسف ثقفی کے زمانے میں تیاذوق نامی طبیب گزرا ہے۔ حجاج ایک مرتبہ دردسر میں مبتلا ہوگیا اس نے تیاذوق کو طلب کیا اور اس سے علاج دریافت کیا۔ تیاذوق نے کہا کہ اپنے دونوں پاؤں کو گرم پانی سے دھولو اور پھر اس پر تیل مل لو۔ اس سے آرام ہوجائے گا۔ اس وقت ایک خواجہ سرا موجود تھا اس نے تیاذوق سے کہا کہ میں نے تم سے زیادہ جاہل طبیب نہیں دیکھا امیر کے سر میں درد ہے اور تم پاؤں میں دوا لگانے کا کہہ رہے ہو۔ تیاذوق نے کہا اس کی علامت تو خود تمہارے بدن میں موجود ہے۔ خواجہ سرا نے پوچھا وہ کیا۔ تیاذوق نے کہا تمہارے خصیے نکال دیئے گئے تھے جس کے نتیجہ میں چہرہ سے ڈاڑھی غائب ہوگئی۔

سر منڈوانے سے موت: عباسی خلیفہ ابوجعفر منصور کے ساتھ سفر حج میں ایک مرتبہ اس کا شاہی طبیب لجلاج بھی ساتھ تھا ایک دن اس نے یہ پیشگوئی کی کہ خلیفہ کی جوں جوں عمر بڑھتی جائیگی اس کے مزاج کی گرمی اور خشکی بھی بڑھتی جائیگی نیز اس نے یہ بھی کہا کہ خلیفہ نے حج کیلئے جو اپنا سر منڈوایا ہے اور اس پر جو خوشبو لگائی ہے یہ عمل بھی اس کیلئے مناسب نہیں ہے۔ اگر یہ عمل اسی طرح جاری رہا تو شاید ہی یہ مکہ مکرمہ تک زندہ پہنچ سکے۔ لجلاج کی یہ پیشگوئی بالکل صحیح ثابت ہوئی۔ خلیفہ کو ایک مقام پر پہنچ کر خشکی دماغ کی شکایت ہوئی اور مکہ مکرمہ پہنچتے ہی وہ انتقال کرگیا۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَاحَلِیْمُ یَاکَرِیْمُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں پاکستان میں بیروزگار تھا اور میرے بھائی سعودی عرب میں مقیم تھے' میرے بھائی سعودی عرب میں میرے ویزے کیلئے بہت کوشش کررہے تھے اور میں پاکستان میں۔ لیکن ہر بار کوئی نہ کوئی رکاوٹ آجاتی اور میں سعودی عرب نہ جاپاتا۔ پھر میں نے ماہنامہ عبقری میں مراقبے کا عمل پڑھا اور صدق دل اور یقین کے ساتھ کرنا شروع کردیا اور ساتھ دوانمول خزانے بھی پڑھنا شروع کردیئے۔ یقین جانیے حکیم صاحب ابھی میں نے کچھ عرصہ ہی مراقبے کا عمل اور دوانمول خزانے پڑھے تھے کہ پاکستان سے ہی مجھے ویزہ مل گیا' میرے بھائی جو کہ سعودیہ میں اتنی کوششیں کررہے تھے وہ بھی حیران ہوگئے کہ جس ویزے کیلئے وہ کوشش کررہے تھے ان سے تو ملے نہیں اور ہمیں یہ پاکستان میں ہی مل گئے۔ حکیم صاحب یہ سب مراقبے کے عمل اور دوانمول خزانے کا ثمر ہے۔ **(عبدالرحمٰن' حیدرآباد)**

ڈاکٹر شازیہ' لاہور

رنگوں سے بیماریوں کا خاتمہ

یہ تمام رنگ انسانی طبیعت' مزاج اور صحت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ مثلاً سرخ رنگ جذبات میں تیزی لاتا ہے' خوشی لاتا ہے اسی بنا پر خوشی کے موقع پر سرخ رنگ کا استعمال زیادہ کیا جاتا ہے۔ دلہن کے کپڑے اور کمرہ عروسی کا سارا سامان زیادہ تر سرخ رنگ کا ہی ہوتا ہے

رنگوں کا انسانی زندگی پر بڑا عمل دخل ہے بلکہ رنگوں کے اثرات ہر قسم کے جانداروں میں دیکھنے میں آتے ہیں جن میں پودے اور جانور بھی شامل ہیں۔ پودے اور جانور بھی مختلف رنگوں میں مختلف تاثرات ظاہر کرتے ہیں۔ قدرتی رنگ صرف تین ہیں۔ نیلا' پیلا اور سرخ باقی رنگ انہی رنگوں کے امتزاج سے بنتے ہیں۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ کپڑے رنگنے والے رنگریز بار بار رنگ والا پانی تبدیل نہیں کرتے بلکہ پہلے میں ہی تھوڑا سا اور مناسب رنگ ڈال کر نیا بنا لیتے ہیں۔ مثلاً نیلے رنگ میں کپڑا رنگنے کے بعد انہیں سبز رنگ میں کپڑا رنگنا مطلوب ہو تو انہوں نے نیلے رنگ میں پیلا رنگ ڈالنا ہے اور وہ سبز بن جاتا ہے اسی طرح تمام رنگ وہ انہی تین رنگوں کو آپس میں ملا کر بناتے رہتے ہیں۔ کالا رنگ وہ آخر میں بناتے ہیں پھر اس میں تبدیلی بہت مشکل ہوتی ہے۔ یہ تمام رنگ انسانی طبیعت' مزاج اور صحت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ مثلاً سرخ رنگ جذبات میں تیزی لاتا ہے' خوشی لاتا ہے اسی بنا پر خوشی کے موقع پر سرخ رنگ کا استعمال زیادہ کیا جاتا ہے۔ دلہن کے کپڑے اور کمرہ عروسی کا سارا سامان زیادہ تر سرخ رنگ کا ہی ہوتا ہے لیکن ہر چیز کی زیادتی بری ہوتی ہے۔ سرخ رنگ کی زیادتی لڑائی جھگڑوں کا باعث بنتی ہے اور طبیعت میں غصہ اور گرمی پیدا کرتی ہے۔ ایک الیکٹرک سٹور والے نے دکان کی رونق دوبالا کرنے کیلئے سرخ لائٹوں کا زیادہ استعمال کیا جس کے نتیجہ میں اس کا گاہکوں سے جھگڑا ہو جاتا' دکان کا عملہ آپس میں لڑنے لگتا۔ کسی ماہر رنگ ساز نے مشورہ دیا کہ سرخ رنگ کے انرجی سیور اتار کر نیلے لگا دیں اس سے طبیعت میں سکون محسوس ہوگا اعصاب کو طاقت ملے گی' آپس میں خلوص اور محبت بڑھے گی۔ چنانچہ رنگ تبدیل کرنے سے ایسا ہی ہوا۔ گاہکوں سے جھگڑے بھی ختم ہو گئے اور عملہ بھی آپس میں محبت سے رہنے لگا۔

پیلا رنگ دنیاوی بے رغبتی پیدا کرتا ہے اور سوچ کا زاویہ وسیع کرتا ہے درویش اور سنیاسی لوگ پیلے رنگ کو اسی لیے ترجیح دیتے ہیں اگر کسی انتہائی حریص' لالچی اور محبِّ دنیا کو پیلے کپڑے پہننے کو دیں اور اس کے گھر اور دفتر میں زیادہ پیلے رنگ کی اشیاء استعمال کریں جیسے پردے' صوفے' چارٹ' کیلنڈر وغیرہ پیلے رنگ کے ہوں تو وہ شخص بہت جلد تارک الدنیا بن جائے گا اور فلسفیوں جیسی باتیں کرنے لگے گا امن وسلامتی کی باتیں کرے گا' لڑائی جھگڑے سے انتہائی گریز کرے گا۔

نیلا رنگ دماغ واعصاب کو طاقت دیتا ہے۔ ذہنی سکون کا سبب بنتا ہے ڈیپریشن کے مریض اگر نیلے رنگ کا استعمال زیادہ کریں' نیلی شعاعوں والا پانی پئیں' کمرے کی کھڑکیوں اور روشن دانوں کے شیشے نیلے رنگ کے لگائیں' پردے اور پہننے کے کپڑے بھی ہلکے نیلے رنگ کے استعمال کریں تو یہی چیزیں ان کو ڈیپریشن سے نجات دلا دیں گی۔

ہائی بلڈ پریشر کے مریض نیلی روشنی کا مراقبہ کریں تو ہائی بلڈ پریشر سے نجات مل جائے گی جبکہ لو بلڈ پریشر کے مریض سرخ روشنی کا مراقبہ کریں یا سرخ رنگ زیادہ استعمال کریں تو لو بلڈ پریشر سے نجات مل جائے گی۔ مراقبہ کا طریقہ یہ ہے کہ علیحدہ جگہ آرام دہ طریقہ سے بیٹھ جائیں جس سے جسم کو سہولت ہو اگر کمرہ میں ہوں تو لائٹ بند کر کے آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ آسمان سے نیلی روشنی دماغ میں اتر رہی ہے اور آہستہ آہستہ پورے جسم میں سرایت کر رہی ہے۔ یہ عمل صرف دس پندرہ منٹ کرنا ہے' روزانہ ایک یا دو بار کریں صبح اور شام کا وقت زیادہ مناسب رہتا ہے۔ اگر منہ شمال کی جانب ہو تو زیادہ بہتر ہوگا اس سے مقناطیسی لہریں جسم پر زیادہ اثر انداز ہوتی ہیں۔

اگر مراقبہ نہ کر سکیں تو پھر ان مذکورہ رنگوں کا استعمال زیادہ کریں۔ سرخ رنگ کا مزاج خشک ہے اس کا مرکز دل ہے عضلات کو طاقت دیتا ہے اور عضلات سے متعلقہ بیماریاں اس سے ٹھیک ہو جاتی ہیں۔ پیلے رنگ کا مزاج گرم ہے اس کا مرکز جگر ہے یہ غدود پر زیادہ اثر انداز ہوتا ہے اور غدود کی بیماریاں اس رنگ کے استعمال سے ٹھیک ہو جاتی ہیں۔ نیلے رنگ کا مزاج سرد ہے اور اس کا مرکز دماغ ہے اور یہ اعصاب سے متعلقہ بیماریوں میں مفید ہے۔

سورج کی روشنی کئی رنگوں پر مشتمل ہے سات رنگ تو ہم (پرزم) منشور سے بخوبی دیکھ سکتے ہیں۔ یہ روشنی بے شمار قوتوں کا خزانہ ہے جو زمین پر ساری مخلوق کو توانائی مہیا کرتا ہے۔ روشنی ایک الیکٹرو میگنیٹک توانائی ہے اور اس کا بنیادی ذرہ فوٹان ہے اور روشنی کی مخلوط لہریں جب انسانی سر پر پڑتی ہیں تو بالوں اور سر کی جلد کے ذریعے یہ دماغ پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ دماغ میں کھربوں خلیات ہیں اور ان میں برقی رو گزرتی رہتی ہے جس سے خیالات شعور اور تحت الشعور سے گزرتے رہتے ہیں۔

دماغ کا پچھلا حصہ ہوا مرالدماغ اور حرام مغز پورے جسم کے اعصابی نظام میں بہت اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ آدمی چونکہ دو پیروں پر زمین پر چلتا ہے اس لیے کچھ لہریں زمین سے بھی جذب کرتا ہے اور سر کے ذریعے روشنی سے جذب شدہ توانائی ان لہروں کو مزید متحرک اور فعال کرتی ہے۔ اگر کبھی کبھی آپ ننگے پاؤں زمین پر چلیں تو پھر توانائیوں کے معجزانہ اثرات ملاحظہ کریں۔ مسجد میں نماز پڑھنے والوں کو اس کا تجربہ ہوتا رہتا ہے۔ ان کے ذہن دوسروں سے زیادہ فعال ہونے لگتے ہیں۔

الٹرا وائیلٹ ریز (بالائے بنفشی شعاعیں) تھائی رائیڈ غدودوں' بلغمی غدود اور جنسی غدود کو متاثر کرتی ہیں۔ ان کے فعال میں تیزی لاتی ہیں' پولٹری فارموں میں ان شعاعوں کو روشنی میں شامل کیا جاتا ہے اور جب یہ روشنی چوزوں کی آنکھوں میں پڑتی ہے تو جسم کے بلغمی غدود کو متحرک کرتی ہے جس سے انڈوں کی پیداوار میں اضافہ ہوتا ہے۔

(بقیہ: باپ نے بیٹیوں کی عزت تار تار کر دی)

آ گئے انہوں نے بھی مجھ کو ایسی حالت میں دیکھ لیا اور خوب ڈانٹا' میرا شوہر کہنے لگا کہ یہ میرے بس کی نہیں میں نے اس اس کو طلاق دینی ہے۔ ابو نے مجھ کو سختی سے ایسے لباس پہننے سے منع کیا ہے۔ میرا شوہر کہتا ہے کہ تم میری بیوی ہو میرے باپ کی نہیں' میرا کہنا مانو ورنہ گھر سے نکلو' ماں باپ تو اکلوتا بیٹا ہونے کے باوجود کچھ نہیں کہتے کہ کہیں ہمیں چھوڑ کر نہ چلا جائے۔ مجھ کو کہتے ہیں کہ ہر حال میں اس کا کہنا مانو ورنہ یہ تم کو طلاق دیدے گا۔ یہ اس کے بس کی بات نہیں اس پر شیطانی اثر ہے' اس لیے تمہارے ساتھ ایسا کرتا ہے مگر میں نے اس شخص کے پیچھے اپنی زندگی تو برباد کر ہی دی مگر اپنی بچیوں کی زندگی داؤ پر نہیں لگا سکتی اور ان کی عزت برباد نہیں کر سکتی' میں وہ لڑکی تھی جس کا چہرہ بھی کسی غیر مرد نے نہیں دیکھا تھا' پردے کی پابند' میری رگوں میں تہجد گزار باپ کا خون ہے' میرے باپ نے آج تک چاہے گلی محلّہ یا بازار ہو نظر اونچی کر کے بھی نہیں دیکھا۔ میں قرآن پاک ترجمے کے ساتھ پڑھی ہوئی ہوں اللہ کی ذات پر مجھے بڑا یقین ہے۔ ہر کوئی مجھ کو کہتا ہے یہ شخص کبھی نہیں سدھرے گا مرتے دم تک اس نے ایسا ہی رہنا ہے مگر میں کہتی ہوں مجھ کو خدا پر بھروسہ ہے یہ ضرور ٹھیک ہوگا۔ مجھے حل بتائیں کہ یہ شخص سدھرے گا یا نہیں ہمارے اتنے لڑائی جھگڑے ہیں اس لڑائی جھگڑے سے دلبرداشتہ ہو کر میں اللہ سے یہ دعا مانگتی ہوں کہ اللہ تو مجھے اس شخص سے نجات دے دے مگر یہ سب غصے میں آ کر کہتی ہوں بات تو ساری میری بچیوں کی ہے۔ انہیں لے کر کہاں جاؤں مگر باپ تو عزت کے محافظ ہوتے ہیں اس شخص پر میں کیا بھروسہ کروں یہ سب لکھنے کا مقصد ہرگز یہ نہیں کہ میں اپنے شوہر کی عزت اچھالوں میں تو اس کو ان گناہوں سے بچانا چاہتی ہوں تاکہ ہم اچھی زندگی گزار سکیں براہ کرم مجھے کوئی پڑھائی یا وظیفہ بتائیں۔

محمد سعید احمد، حیدرآباد

بے ہوشی کا کامیاب علاج

جب جسم میں صفراوی اور بلغمی مادے پگھل کر رقیق ہوجاتے ہیں تو پسینہ کثرت سے آتا ہے گرم پسینہ کا آنا حرارت غریزی کے قوی ہونے پر دلالت کرتا ہے اور یہ اس بات کی علامت ہے کہ مرض آسانی سے دور ہوجائیگا جبکہ ٹھنڈے پسینہ کا آنا مرض کے طول کھینچنے کی علامت ہوتا ہے

غشی بذات خود کوئی مرض نہیں ہے بلکہ مختلف نوعیت کے لحاظ سے یہ مرض اور طبی ومرضیہ کیفیات کے باعث ظہور میں آتی ہے لیکن غشی کا طاری ہونا بہرحال بہت خطرناک کیفیت ہے اور بعض امراض میں تو یہ مہلک امراض کا پیش خیمہ بھی ثابت ہوتی ہے اکثر بہت زیادہ خوف وغم یا یکا یک کسی شدید ذہنی وروحانی کرب کے باعث بحالت صحت بھی اچانک اس کا حملہ ہوجایا کرتا ہے۔ مشہور محقق وحکیم بقراط کا قول ہے کہ: ”جن لوگوں کو کسی ظاہری سبب کے بغیر بار بار غشی آئے وہ دفعتاً موت کا شکار ہوجاتے ہیں۔“ رموز صحت وحکمت کے شہرہ آفاق شارح حکیم ابوالحسن بن سہل ابن طبری کی تشریح کے مطابق بقراط کے اس قول کا مفہوم یہ ہے کہ ایسے لوگوں کا جسم جلد تحلیل کو قبول کرنے کے قابل ہے اور ان کی حرارت غریزیہ نہایت کمزور ہے یہی وجہ ہے کہ ادنیٰ سبب کی بنا پر ان کی حرارت غریزیہ جلد بُجھ جاتی ہے اور وہ موت کا شکار ہوجاتے ہیں۔

آئمہ طب کی تحقیق کے مطابق غشی کے نمایاں اسباب یہ ہیں:

☆ جسم سے کافی مقدار میں خون کا بہہ نکلنا۔ ☆ بخار کی شدید ترین حالت ☆ جسم کے کسی حصے میں درد شدید کا رونما ہو کر دل کا اس صدمے سے متاثر ومغلوب ہونا۔ ☆ حالت مرض میں مریض کے احساس پر خوف، غیض وغضب یا شدید غم کا طاری ہونا۔ ☆ کثرت سے دست (اسہال) آنا۔ ☆ جسم میں بہت زیادہ رطوبات کی کثرت یا قلت ہونا۔ ☆ قولنج وغیرہ کا ایسا شدید درد کہ جس کا صدمہ دل کے لیے ناقابل برداشت ہوجائے۔ ☆ کسی سبب سے جسم سے بہت زیادہ پسینہ کا اخراج۔ ☆ اگر عورت ہو تو مریضہ کا اختناق الرحم میں مبتلا ہونا۔

جب معدے میں رطوبات کی کثرت سے متلا زیادہ ہوتا ہے تو اس کی وجہ سے دل کی حرارت گھٹ جاتی ہے اور معدے میں رطوبات کا فقدان ہوجائے تو لازمی طور پر دل کی حرارت منتشر اور کمزور ہوجاتی ہے۔ اس لیے ہر دو صورتوں میں غشی طاری ہوتی ہے اگر جسمانی کیفیات یکا یک متغیر ہوجائیں یعنی جسم گرم سے ٹھنڈا اور ٹھنڈے سے گرم ہوجائے تو ایسی صورت میں بھی مریض غشی میں مبتلا ہوجاتا ہے کیونکہ جب مریض کے جسم کو یک بیک ٹھنڈک پہنچتی ہے تو شدت برودت سے مسامات بند ہو کر جسم بخارات سے بھر جاتا ہے اور بے چینی اور غم کی حالت طاری ہوجاتی ہے اور جب اچانک جسم گرم ہوجائے تو شدت حرارت سے حرارت غریزی خشک ہو کر ضعف قلب پیدا ہوجاتا ہے۔

جب جسم میں صفراوی اور بلغمی مادے پگھل کر رقیق ہوجاتے ہیں تو پسینہ کثرت سے آتا ہے گرم پسینہ کا آنا حرارت غریزی کے قوی ہونے پر دلالت کرتا ہے اور یہ اس بات کی علامت ہے کہ مرض آسانی سے دور ہوجائے گا جبکہ ٹھنڈے پسینہ کا آنا مرض کے طول کھینچنے کی علامت ہوتا ہے امراض حادہ میں ٹھنڈا پسینہ مرض الموت کا پیش خیمہ ہے لیکن ہلکے بخاروں میں ٹھنڈا پسینہ صرف طول مرض کی نشانی ہے۔ البتہ اگر بخاروں کے مریض کو پسینہ آنے کے بعد بخار میں تخفیف نہ ہو تو یہ ایک بُری علامت ہے۔

علاج کے سلسلے میں اگر غشی کا سبب کثرت رطوبات ہو تو اس کا علاج اسغر اخ بدن ہے اگر قلت رطوبات اس کا سبب تشخیص ہو تو مریض کو ہلکی زود ہضم غذائیں دینا بہتر تدبیر ہے۔ اگر غشی کا سبب پسینہ کی کثرت ہو تو ایسی حالت میں عرق بید مشک عرق گلاب عرق برگ آس کو بطور طلا لگانا اور چہرے پر ٹھنڈا پانی چھڑکنا مفید ہے اگر جسم سے بہت زیادہ خون کا اخراج اس کا سبب ہو تو سب سے پہلے اخراج خون کو روکنے کی تمام ممکنہ تدابیر اختیار کرنی چاہیے اگر کثرت قے کے سبب سے غشی طاری ہوجائے تو مصطگی 2 گرام سیب کے جوس کے ہمراہ قے کو روکنے کی کوشش کرنی چاہیے اور ایک ایک گھنٹہ کے بعد مریض کے معدے پر زعفران سوسن برگ آس چرائتہ عود ہر ایک دو گرام پیس کر پانی میں ملا کر ضماد کریں۔ مریض کو خام انگور کھلانا بھی مفید تدبیر ہے۔ اگر خام انگور میسر نہ ہوں تو منقیٰ کھلانا بھی فائدہ مند ہے۔

اگر بڑی آنتوں میں صفرا کی موجودگی اس کا سبب ہو تو مندرجہ ذیل ادویات کا حقنہ اس کا بہترین تدبیر علاج ہے۔ جو مقشر، گل بنفشہ، تخم خطمی، سپستان گل بابونہ ہر ایک دس گرام تا تیس گرام تک۔ ان تمام ادویہ کو بھگو کو جوش دے کر چھان لیں اور اس میں روغن بنفشہ ملا کر حقنہ کریں۔ مریض کو چھینک اور قے لانے کی کوشش کرنی چاہیے۔

بڑی بوڑھیوں کے آزمودہ گھریلو ٹوٹکے

الٹی اور قے سے نجات: اگر کسی کو الٹی یا قے ہو رہی ہو تو اس کیلئے پودینے کے چھ یا سات پتے اور درمیانی سائز کی پیاز کو چوتھائی حصہ لے کر ایک ململ کے کپڑے میں باندھ کر بٹے سے کچل کر اس کا ایک چمچہ رس نکال لیں اور مریض کو پلائیں۔ اس کے پلانے سے الٹی اور قے بند ہوجائیگی۔

کمزوری یا تھکن: اگر کسی کو کمزوری یا تھکن محسوس ہو رہی ہو تو ایک گلاس پانی میں ایک چائے کا چمچہ چینی اور چوتھائی چائے کا چمچ نمک حل کر کے پی لیں۔ ایک سے دو گلاس پینے سے آپ خود کو بہت بہتر محسوس کریں گے۔

بالوں کو صحت مند بنائیے: لوکی کو چھیل کر کدوکش کر لیں پھر ایک کڑاہی میں سرسوں کا تیل گرم کریں، تیل گرم ہوجائے تو اس میں کدوکش کی ہوئی لوکی ڈال دیں اور تیز آنچ پر ہلکا سنہرا یا براؤن ہونے پر چولہا بند کر دیں اور ٹھنڈا ہوجائے تو کسی چھلنی سے چھان کر کسی بوتل میں ڈال دیں اور حسب ضرورت استعمال کرتی رہیں۔ بال خوبصورت گھنے اور صحت مند ہوجائیں گے۔

پائے کی بدبو سے نجات: لوگ پائے کی بدبو کی وجہ سے اسے پکانے سے گھبراتے ہیں۔ لیکن اگر پائے گلاتے وقت اس میں تھوڑا سا سفید زیرہ دار چینی اور لونگ ڈال دی جائیں تو گھر میں ناگوار مہک نہیں آئے گی اور پائے بھی مزیدار بنیں گے۔

سر کی خشکی: چقندر کے پتوں کو ابال کر اس کے پانی سے سر دھونے سے سر کی خشکی ختم ہوجاتی ہے۔

رف اور خشک جلد کیلئے: ایک انڈے کی زردی میں چند قطرے لیموں کا رس اور چند قطرے زیتون کا تیل ملائیں۔ اسکو اپنے چہرے پر اس وقت تک لگا رہنے دیں جب تک خشک نہ ہو جائے پھر ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔

چہرے کی دلکشی میں اضافے کیلئے: ایک چمچہ لیموں کا رس، ایک چمچہ کھیرے کا رس اور ایک چمچہ گاجر کا رس لیں۔ تینوں کو آپس میں ملائیں اور چہرے پر لگائیں پندرہ منٹ بعد ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ یہ عمل چہرے کی دلکشی میں اضافے کا سبب بنے گا۔

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز معلومات کیلئے عبقری کی فائل پڑھنا نہ بھولیں!

وباؤں اور حوادث سے بچاؤ کیلئے درود شریف

ع،م چوہدری

قبرستان میں زیادہ تر پڑھا جاتا ہے۔اس کی وجہ سے اس کی برکت سے روحوں کو عذاب سے نجات ملتی ہے اور اس کی برکت سے قیامت تک روحوں کو آرام ملتا رہتا ہے جتنا زیادہ پڑھا جائے اتنا زیادہ ثواب ہوگا۔ یہاں تک کہ اس کا ثواب ماں باپ کی روح کو بخشنے کا ایسا ثواب ہے

گناہوں سے پاکیزگی حاصل کرنے کیلئے

گناہوں سے پاکیزگی حاصل کرنے کیلئے درود طیب بہت ہی مؤثر ہے اگر کسی نے تمام زندگی گناہوں اور برائیوں میں گزار دی کسی چیز سے اس کو کوئی شفاء اور کسی عالم فقیر عامل سے اسے کوئی فیض نہیں پہنچتا۔ اس کا اپنا دل کہے کہ اب سزا کیلئے تیار رہے جس وقت بھی احساس ندامت ہو تو اللہ عزوجل کے حضور توبہ کر کے اس درود شریف کو صبح و شام کثرت سے پڑھنا شروع کر دے تو انشاءاللہ تمام گناہوں کی معافی ہو جائے گی اور اس طرح ہو جائے گا جس طرح ماں کے پیٹ سے آج ہی پیدا ہوا ہے اور بقیہ زندگی خود بخود نیکیوں کی طرف مائل رہے گی کیونکہ درود طیب پڑھنے سے زندگی میں نبی اکرم شفیع المذنبین صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی تائید اور توجہ شامل حال ہو جاتی ہے۔ اس لیے پڑھنے والے کا ہر کام آسانی سے ہو جاتا ہے۔ اگر ہر نماز کے بعد یہ درود شریف ایک مرتبہ پڑھ لیا جائے تو آخرت میں حضور نبی کریم ﷺ کی شفاعت نصیب ہوگی۔ جمعہ کے دن بعد نماز جمعہ 313 مرتبہ پڑھنے سے رزق میں اضافہ ہوگا۔

صَلَّی اللّٰهُ عَلَیْکَ یَاشَفِیْعَ الْمُذْنِبِیْنَ سَیِّدِنَا وَمَوْلٰنَا اَحْمَدَ نِ الْمُجْتَبٰی مُحَمَّدِ نِ الْمُصْطَفٰی وَعَلٰی اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَ اَزْوَاجِهٖ وَاَحْبَابِهٖ وَ ذُرِّیَّاتِهٖ وَ اَهْلِ بَیْتِهٖ وَاَهْلِ طَاعَتِکَ اَجْمَعِیْنَ

درود روحی

قبرستان میں زیادہ تر پڑھا جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے اس کی برکت سے روحوں کو عذاب سے نجات ملتی ہے اور اس کی برکت سے قیامت تک روحوں کو آرام ملتا رہتا ہے جتنا زیادہ پڑھا جائے اتنا زیادہ ثواب ہوگا۔ یہاں تک کہ اس کا ثواب ماں باپ کی روح کو بخشنے کا ایسا ثواب ہے گویا کہ تمام عمر کے ان کے حقوق ادا کر دیئے۔ انہیں اس سے اتنا درجہ ملتا ہے کہ فرشتے بھی زیارت کو آتے ہیں۔

مستند کتابوں میں تحریر ہے کہ اگر کوئی شخص تین مرتبہ یہ درود شریف کسی قبرستان میں پڑھ کر اہل قبور کو بخشے تو اللہ تعالیٰ 70 سال کیلئے اس قبرستان سے عذاب اٹھا لیتا ہے اگر چار مرتبہ پڑھے تو اللہ تعالیٰ قیامت تک کیلئے اس قبرستان سے عذاب اٹھا لیتا ہے اور اگر 24 مرتبہ پڑھ کر اپنے والدین کو بخشے تو گویا تمام عمر کے ان کے حقوق ادا کر دیئے اور اللہ تبارک وتعالیٰ فرشتوں کو حکم دیتا ہے کہ قیامت تک اس شخص کے والدین کی قبور کی زیارت کرتے رہو۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ مَّا دَامَتِ الصَّلٰوةُ وَصَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ مَّا دَامَتِ الرَّحْمَةُ وَ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ مَّادَامَتِ الْبَرَکَاتُ وَ صَلِّ عَلٰی رُوْحِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَ صَلِّ عَلٰی صُوْرَةِ مُحَمَّدٍ فِی الصُّوَرِ وَ صَلِّ عَلٰی اِسْمِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَسْمَآءِ وَ صَلِّ عَلٰی نَفْسِ مُحَمَّدٍ فِی النُّفُوْسِ وَ صَلِّ عَلٰی قَلْبِ مُحَمَّدٍ فِی الْقُلُوْبِ وَ صَلِّ عَلٰی قَبْرِ مُحَمَّدٍ فِی الْقُبُوْرِ وَ صَلِّ عَلٰی رَوْضَةِ مُحَمَّدٍ فِی الرِّیَاضِ وَ صَلِّ عَلٰی جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَجْسَادِ وَصَلِّ عَلٰی تُرْبَةِ مُحَمَّدٍ فِی التُّرَابِ وَ صَلِّ عَلٰی خَیْرِ خَلْقِکَ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَاَزْوَاجِهٖ وَذُرِّیَّاتِهٖ وَاَهْلِ بَیْتِهٖ وَاَحْبَابِهٖ اَجْمَعِیْنَ o بِرَحْمَتِکَ یَآ اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ ۲o

رفع حوادثات کیلئے

زمانے کے حادثات سے بچنے کیلئے اس درود پاک کا ہمیشہ ورد رکھنا بہت مؤثر ہے چاہے حوادث کسی بھی قسم کے ہوں۔ انشاءاللہ آدمی محفوظ رہے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ اَکْرَمِ الْکُرَمَآءِ مِنْ عِبَادِکَ وَاَشْرَفِ الْمُنَادِیْنَ لِطُرُقِ رَشَادِکَ وَسِرَاجِ اَقْطَارِکَ وَبِلَادِکَ صَلٰوةً لَّا تَفْنٰی وَلَا تَهِیْدُ تُبَلِّغُنَا بِهَا کَرَامَةَ الْمَزِیْدِ.

تکلیفیں دور کرنے کیلئے

صاحب سعادت الدارین فرماتے ہیں کہ یہ درود شریف تکلیفیں دور کرنے کیلئے مجرب ہے مجھے سیدی' ولی سچے عقیدے والے شیخ ابو حسن حلاوہ الغزنی رحمۃ اللہ علیہ نے یہ درود شریف بتایا اور اس کی اجازت دی۔ جب میں نے ان سے اپنے رنج والم کی شکایت کی تھی تو جتنا اللہ نے چاہا میں نے اس کو پڑھا اور اللہ تعالیٰ نے اس کے ذریعے میرا درد وغم دور فرما دیا اور میری آرزو وتمنا سے بڑھ کر اللہ کے فضل اور نبی علیہ الصلوۃ والسلام پر ان بابرکت الفاظ سے درود وسلام کی برکت سے ملا۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ الْحَبِیْبِ الْمَحْبُوْبِ شَافِیْ الْعِلَلِ وَمُفَرِّجِ الْکُرُوْبِ وَعَلٰی اٰلِهٖ وَصَحْبِهٖ وَسَلِّمْ.

صاحب کشف بننے کی کنجی

جو شخص صاحب کشف بننا چاہے اسے چاہیے کہ تین سال تک اس درود پاک کو روزانہ گیارہ سو مرتبہ صبح اور گیارہ سو مرتبہ رات کو سوتے وقت پڑھے انشاءاللہ صاحب کشف ہو جائے گا اور اس پر باطنی اور پوشیدہ راز کھل جائیں گے یہ درود پاک صاحب کشف بننے کی گویا کنجی ہے۔ درود پاک یہ ہے:۔

صَلَّی اللّٰهُ عَلٰی نَبِیِّ الرَّحْمَةِ شَفِیْعِ الْاُمَّةِ کَاشِفِ الْغُمَّةِ وَعَلٰی اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ.

وباء کے لیے فائدہ

مندرجہ ذیل درود شریف کا ورد وباؤں کے موسم میں وباء سے محفوظ رہنے کا ایک اچھا طریقہ ہے کسی قسم کی بھی وباء ہو اس کا ورد تریاق کا حکم رکھتا ہے۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَی الطِّبِّ الرَّفِیْقِ النِّعْمَةِ الْحَقِیْقِ الْخَیْرِ الصِّرْفِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ رَّسُوْلِ اللّٰهِ عَلَیْهِ الصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ.

روح اور دل کی تروتازگی کے واسطے

اس درود پاک کے پڑھنے سے گناہ مٹ جاتے ہیں اور دل کی تمنائیں پوری ہو جاتی ہیں۔ روح اور دل کو تروتازگی ملتی ہے۔ تمام دلی مرادیں اللہ تعالیٰ پوری فرماتا ہے۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اَصْحَابِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّبَارِکْ وَسَلِّمْ.

(بقیہ: حلقہ کشف المحجوب)

رحمۃ اللہ علیہ ثبوت علم کے باب کی تفسیر میں فرماتے ہیں کہ علم نفع والا اسے کہتے ہیں جو قبر کے گڑھے میں کام آئے جو نامہ اعمال میں کام آئے وہ علم جو آخرت میں کام آئے۔ پھر فرمایا کہ میری زندگی کے تجربات ومشاہدات میں یہ بات ہے کہ آدمی ایسا علم سیکھتا ہے جس سے دنیا تو ملتی ہے آخرت نہیں ملتی ایسے لوگوں سے آخری وقت میں میں نے کلمہ چھنتے دیکھا ہے۔

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ پھلت)

دین اور ارباب دین سے استفادہ کا ایک نسخہ

استخفاف یعنی ہلکا اور معمولی سمجھنا' صوفی صاحب فرماتے تھے کہ افغانی شیخ' صوفی صاحب سے حضرت مولانا کا یہ ملفوظ سن کر پھڑک گئے' وجد میں آ گئے' اپنے رفقاء کو بار بار متوجہ کرتے رہے کہ دیکھو عارف کا قول سنو اور ملفوظ دوبارہ صوفی صاحب سے سنانے کی فرمائش کی

شیخ کی وجاہت اور بڑی تعداد میں مسترشدین کے حلقہ کے ساتھ مطاف میں صوفی صاحب کو ان سے مناسبت سی ہوئی اور ان کا دل ان کی صحبت کو غنیمت جان کر ان کی مجلس میں بیٹھنے کو چاہنے لگا وہ روزانہ مغرب کے بعد ان کی مجلس میں بیٹھنے لگے' صوفی انیس صاحب خود بھی صاحب دل لوگوں میں تھے لوگوں سے تحقیق کرنے کے بعد معلوم ہوا کہ وہ افغانستان کے ایک نقشبندی سلسلہ کے بڑے شیخ ہیں' دو تین روز کے بعد ایک روز مجلس میں بیٹھے صوفی انیس صاحب پر' شیخ کی نگاہ پڑی' قریب بیٹھے اپنے خواص میں کسی سے انہوں نے پیچھے ہٹ کر صوفی صاحب کو آگے جگہ دینے کیلئے کہا اور صوفی صاحب کو آگے اپنے قریب بلایا۔ صوفی انیس صاحب سے ان کا نام اور پتہ معلوم کیا کہ وہ کس شیخ سے اصلاحی تعلق رکھتے ہیں؟ صوفی صاحب نے بتایا کہ میں حضرت شاہ عبدالقادر رائے پوری سے بیعت تھا اور شیخ نے اپنی حیات میں ہی مجھے تربیت کیلئے مفکر اسلام حضرت مولانا سید ابوالحسن علی ندوی رحمۃ اللہ علیہ کے سپرد کر دیا تھا اب انہی سے میرا اصلاحی تعلق ہے' وہ حضرت مولانا سے خوب متعارف تھے بلکہ حضرت مولانا سے خوب عقیدت کا تعلق رکھتے تھے شیخ نے صوفی صاحب سے فرمائش کی کہ وہ شیخ کا کوئی ملفوظ سنائیں' صوفی صاحب فرماتے تھے میں نے عرض کیا کہ ایک بار میں نے اپنے شیخ حضرت مولانا سید ابوالحسن علی ندوی رحمۃ اللہ علیہ سے سوال کیا کہ حضرت! اپنے شیخ سے استفادہ کی بنیادی کلید کیا ہے؟ حضرت والا نے جواب دیا کہ کسی بھی دینی ذریعہ سے' مسجد سے' مدرسہ سے' کتاب سے' قرآن مجید سے' حدیث شریف سے' استاد سے' دینی احکام سے' اپنے شیخ سے' غرض ہر دینی ذریعہ سے استفادہ کی بنیادی کلید ہے عظمت۔

میں نے عرض کیا کہ سب سے بڑی رکاوٹ کیا ہے؟ حضرت نے ارشاد فرمایا: استخفاف یعنی ہلکا اور معمولی سمجھنا' صوفی صاحب فرماتے تھے کہ افغانی شیخ' صوفی صاحب سے حضرت مولانا کا یہ ملفوظ سن کر پھڑک گئے' وجد میں آ گئے' اپنے رفقاء کو بار بار متوجہ کرتے رہے کہ دیکھو عارف کا قول سنو اور ملفوظ دوبارہ صوفی صاحب سے سنانے کی فرمائش کی' صوفی صاحب نے دوبارہ سنایا تو بس یہی فرماتے رہے: کیا بات فرمائی' کیا نسخہ ارشاد فرمایا' بلاشبہ دین اور اسباب دین سے استفادہ کی شاہ کلید عظمت ہے مگر ہمارے زمانے میں اس کی بہت کمی ہوگئی ہے' خصوصاً دینی مدارس اور دینی مشاغل سے لگے افراد اور طلباء میں اس کی بہت کمی محسوس ہوتی ہے' عموماً دینی تعلیم کی مشغولی یا دینی کاموں کی توفیق کو نعمت عظمیٰ سمجھنے کے بجائے مجبوری اور ایک طرح سے احساس کمتری کے ساتھ ہم لوگ دین اور اہل دین اور دینی خدمات سے وابستہ رہتے ہیں' مگر ایسا لگتا ہے کہ دل و دماغ پر دین اور اہل دین اور ذرائع دین کا استخفاف ہم پر سوار ہے بلکہ بعض دفعہ اس سے بڑھ کر ایک طرح سے اہانت تک بات پہنچ جاتی ہے۔ دینی اعمال کے سلسلہ میں بھی ہمارا یہی معاملہ ہے اور ان کی تعلیم و تربیت اور واجب' سنت اور مستحب کی ترغیب کی بات جب زور دے کر کی جاتی ہے تو اکثر جواب ہوتا ہے کہ آپ اتنا کیوں زور دے رہے ہیں' سنت ہی تو ہے' مستحب ہی تو ہے' بلاشبہ یہ دین اسلام بہت آسان دین ہے اور اس میں بڑا توسع اور انسان کیلئے بہت ڈھیل اور گنجائش ہے اور ہمارے فقہاء نے اعمال و احکام کے درجے طے کر کے بڑا احسان کیا ہے۔ سنت اور مستحب اگر چھوٹ جائے تو فقہی لحاظ سے حرام نہیں' مگر یہ انداز کہ سنت ہی تو ہے مستحب ہی تو ہے یہ دین اور احکام دین اور ذرائع دین کے استخفاف' بلکہ دل میں اس کی اہانت کی نشاندہی کر رہا ہے اور اس استخفاف کے ساتھ کسی بھی دینی ذریعہ سے فائدہ اٹھانا محال ہے۔

کاش ہم ایک عارف کامل کے بتائے نسخہ کیمیا کو سمجھ کر اس سے فائدہ اٹھاتے!!!

قارئین نوٹ فرمالیں!

رسالے میں جتنے بھی مضامین شائع ہوتے ہیں مختلف لوگوں کے طبی اور روحانی مشاہدات ہوتے ہیں۔ خیرخواہی کے جذبے کو سامنے رکھ کر شائع کر دیئے جاتے ہیں۔ لہٰذا ایڈیٹر کا ان کی رائے سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ (ادارہ)

(بقیہ: چند قطروں سے نارمل ڈیلیوری ممکن ہے)

اس کے بقول وہ کچھ عرصے کے بعد پھر اس کی رپورٹ ملی کہ بادام روغن کے اتنے اچھے رزلٹ ملے کہ گمان سے بالاتر کہ اب اس نسخے پر اتنا اعتماد بڑھ گیا ہے کہ لوگوں نے باقاعدہ بادام روغن کو پیک کروا کر اس کو ڈیلیوری کیلئے سپیشل گفٹ دیتے ہیں کہ جو خواتین باسہولت ڈیلیوری چاہتی ہے وہ بادام روغن کو ابتدا ہی سے استعمال کرنا شروع کردیں۔ ایک دفعہ کی بات ہے کہ لاہور کے ایک مریض اپنے ساتھ ایک اور مریض لائے کہنے لگے کہ مجھے تکلیف تھی میں صحت یاب ہوا اب میں نے صرف اپنے رشتے دار کی دوائی لینی ہے یہ میرے رشتے دار انڈیا بنگلور سے آئے ہیں انہیں کوئی تکلیف ہے۔ میں نے ان کی تکلیف کی دوا دی دوا دینے کے بعد مجھ سے پوچھنے لگے کہ حاملہ کی فٹنس کیلئے کچھ تجربہ بتائیں کہ ہمارے خاندان میں خون کی کمی کا مرض ہے جب بھی ہماری کوئی بیٹی حاملہ ہوتی ہے تو اس کے اندر خون کی کمی' نڈھالی کمزوری اور اکثر وقت ہسپتالوں اور ڈرپوں میں گزرتا ہے میں نے انہیں بادام روغن کا نسخہ بتایا اور یہ کہا کہ بادام روغن کے دس قطرے انہیں پلانا شروع کریں اس سے کمزوری بھی ختم ہوگی اور نارمل ڈیلیوری بھی ہوگی۔ وہ سن کر چلے گئے وہ صاحب جو لاہور سے انہیں لائے تھے ایک بار کسی مریض کو لے کر آئے تو ساتھ ان کا پیغام بھی لائے کہنے لگے ان کا بہت شکریہ کا خط ملا تھا اور وہ کہہ رہے تھے کہ میں نے جس کو بھی یہ نسخہ بتایا ہے کمزوری بھی ختم ہوئی' ڈیلیوری بھی نارمل ہوئی اور اس سے ایک اور فائدہ جو خود میرے لیے نیا انکشاف تھا مرض اٹھرا ختم ہوگیا۔ ایسی خواتین جن کو اٹھرا کا مرض تھا بادام روغن کے استعمال کی وجہ سے ان کے حمل میں بڑی احتیاط ہوئی اور اٹھرا ختم ہوگیا۔ قارئین! یہ بظاہر چھوٹا سا نسخہ لیکن ایک قیمتی نسخے سے بڑھ کر ایک قیمتی راز ہے جو طب وصحت کے اندر ایک حد درجہ کمال رکھتا ہے اس چھوٹے سے نسخے کو استعمال کرایا جائے اور اس کو رواج دلایا جائے۔ یقین جانیے آپریشن کے بعد عورتیں کھوکھلی ہوجاتی ہیں اور اکثر آپریشن کے بعد عورتوں کی کوکھ بانجھ ہوجاتی ہے یا پھر وہ طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا ہوجاتی ہیں۔ میرے پاس اکثر خواتین آتی ہیں مجھے ان پر ترس آتا ہے۔ ایک آپریشن' دو آپریشن اور بعض خواتین کے بار بار آپریشن انہیں اور بے شمار بیماریوں میں مبتلا کردیتے ہیں کیوں نہ بادام روغن کے ان دس قطروں کو رواج دیا جائے اور استعمال کرایا جائے۔ جہاں طاقت ملے' فٹنس ملے' اور زچہ و بچہ کو صحت ملے وہاں نارمل ڈیلیوری کی خوشخبری بھی ساتھ ملے۔ آخر میں ایک چھوٹا سا اور واقعہ سناتا ہوں۔ ایک صاحب میرے پاس تشریف لائے پیشے کے لحاظ سے صحافی تھے ان کو طبی دنیا اور طبی ٹوٹکوں پر اعتماد نہیں تھا لیکن مجھ پر اعتماد کرکے اکثر مجھ سے ادویات لے جاتے تھے تھوڑی استعمال کرتے فائدہ ہوجاتا باقی ضائع کردیتے۔ میرا اکثر ان سے یہی شکوہ ہوتا کہ دوا پوری استعمال کیا کریں۔ ایک دفعہ اپنی بہو کو ساتھ لائے جو حمل کے پانچویں مہینے سے گزر رہی تھی۔ طرح طرح کی تکالیف اور ڈاکٹروں نے مکمل بیڈ ریسٹ لکھا تھا اور ڈاکٹروں نے یہ خبر بھی سنائی تھی کہ بچہ الٹا ہے اور ڈیلیوری نارمل ناممکن ہے ابھی سے خون کی بوتلوں کا انتظام اور اس کیلئے ادویات کی ترتیب مشورے میں شامل تھی۔ یہ ساری باتیں سن کر میں نے ان سے عرض کیا کہ اگر آپ میری بات مانیں اور بادام روغن کا یہی ٹوٹکہ استعمال کرنا شروع کردیں قہقہہ لگا کر کہنے لگے ان دس قطروں سے کیا ہوگا؟ ان سے عرض کیا کچھ بھی نہیں ہوگا۔ نارمل ڈیلیوری اگر نہیں ہوگی تو آپ آپریشن کروا لیجئے گا استعمال کرنے میں کوئی حرج تو نہیں آپ میری بات مان کر استعمال شروع تو کردیں۔ کچھ تھوڑی سی بحث و تمحیص کے بعد آخر راضی ہوگئے اور بادام راغن استعمال کرانا شروع کردیا۔ ایک کے بعد دوسرا دوسرے کے بعد تیسرا مریض آیا پچھلی بات بھول گیا۔ کئی ماہ کے بعد ایک صاحب ملے وہ کہنے لگے واقعی طب کے بعض ٹوٹکے غضبناک ہوتے ہیں۔ کہنے لگے کہ خود الٹرا ساؤنڈ کرنے والی لیڈی ڈاکٹر حیران' اور وہ ڈاکٹر حیران جنہوں نے اس کا تجزیہ کیا تھا اور جنہوں نے اس کا آپریشن تجویز کیا تھا واقعی حیران ہیں کہ اس سے نارمل ڈیلیوری ہوسکتی ہے اور کہنے لگے کہ اس سے واقعی نارمل ڈیلیوری ہوئی اور ڈاکٹر بھی حیران اور بچہ بھی تندرست اور بچے کی ماں بھی بالکل صحت مند اور کہنے لگے کہ آپ ایسے ٹوٹکے آئندہ بھی مجھے بتایا کریں مجھے اب احساس ہوا ہے کہ طب کے چند ٹوٹکے غضبناک ہوتے ہیں میں نے ان سے عرض کیا کہ طب کے چند ٹوٹکے نہیں بلکہ ہر ٹوٹکہ غضبناک ہوتا ہے۔ قارئین! روغن بادام کا یہ ٹوٹکہ آپ بھی استعمال کریں۔ حاملہ خواتین' حمل کے بعد بھی استعمال کرسکتی ہیں۔ یعنی ڈیلیوری کے بعد بھی استعمال کرسکتی ہیں۔ حیرت انگیز طور پر صحت مند خاتون' دودھ بڑھتا ہے اور صحت بڑھتی ہے اور بادام روغن ملا ہوا دودھ بچہ پیتا ہے تو اس کو قبض نہیں ہوتی الٹی نہیں ہوتی اور بے شمار بیماریوں سے بچا رہتا ہے۔